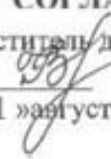




**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 7**

<p align="center">ПРИНЯТО</p> <p>На заседании педагогического совета МБОУ гимназия № 7 протокол №1 от «31» августа 2020 года</p>	<p align="center">СОГЛАСОВАНО</p> <p>Заместитель директора по ВР  Г.В. Рубан. «31» августа 2020 года</p>	<p align="center">УТВЕРЖДЕНО</p> <p>Приказ директора № 01-05/71 от «31» августа 2020 года Директор МБОУ гимназии № 7  Н.В.Иванова (подпись)</p> 
---	--	---

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
художественной направленности
Шаг за шагом «Улыбкой»

Уровень усвоения: базовый
Возраст обучающихся: 10-14 лет.
Срок реализации: 4 года.

Составитель:

Темирова Елена Кабылжановна,
педагог дополнительного образования

г. Хабаровск, 2020 г.

Комплекс основных характеристик ДООП:

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцы – это всегда яркий выброс хорошего настроения и эмоций.

Направленность программы - **художественная**.

Направление - **хореография**.

По степени авторства – **модифицированная** (на основе программы «Народно-сценический танец» А.М. Рубцова).

Программа **базового уровня**, 3 год обучения.

Программа «Шаг за шагом с «Улыбкой» предназначена для детей в возрасте от 10 до 14 лет, имеющих первоначальную хореографическую подготовку. Программа предоставляет учащимся возможность овладеть техникой и манерой исполнения танцев разных народов. Программой предусмотрена постановочная работа, концертная и конкурсная деятельность, что дает возможность сформировать исполнительские навыки детей.

Нормативная база программы.

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ №273),
2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014г. №1726-р,
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.4.4.3172-14,
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015, № 09-1182),
6. Устав МБОУ гимназии № 7,
7. Инструкции по технике безопасности.

Актуальность программы.

Народно-сценический танец является действенным средством приобщения ребенка к богатству танцевального музыкального творчества, дает возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры других народов. Овладение этим

предметом позволяет достичь более яркой пластической выразительности и передать национальный колорит изучаемых танцев.

Культура тела, двигательная активность, ладность и координированные движения не только тренируют тело, но и развивают ребенка как личность, побуждают его к дальнейшему поиску, творчеству, развивают вкус. Сознательное понимание пользы занятий, найдет свое дальнейшее применение в будущем, через образцы народного танца наглядно видна вся мудрость, красота, уникальность каждого народа, что развивает в детях кругозор, компетентность, толерантность.

При изучении программы народно-сценического танца обучающиеся знакомятся с национальными особенностями танцев, узнают об обрядах, традициях, жизни и истории народа. Все это помогает глубже проникнуть в национальный характер, усилить яркость, чистоту, манеру и выразительность исполнения. Помимо эстетического и физического развития дается возможность обретения специфических профессиональных качеств, развиваются работоспособность, волевые качества, ребенок успешнее адаптируется в социальной среде, учится прорабатывать отношения со сверстниками и взрослыми.

В основе программы лежит процесс целенаправленного взаимодействия педагогов и воспитанников, предусматривается систематическое и последовательное овладение предметом.

Педагогическая целесообразность программы.

Большое внимание при изучении программы уделяется русскому народному танцу, что способствует пропаганде русской творческой культуры. Вместе с тем, изучение танцевальной культуры других народов развивает у обучающихся гражданскую толерантность, пробуждает интерес к изучению национальных особенностей.

Новизна программы

Большое внимание уделяется развитию навыков актерской выразительности, готовности с одинаковым успехом исполнить любой образ, характер, национальность. Программой предусмотрена самостоятельная работа учащихся (навыки варьирования и импровизации).

Адресат программы.

Программа базового уровня «Шаг за шагом с «Улыбкой» предназначена для девочек и мальчиков в возрасте от 10 до 14 лет, имеющих начальную хореографическую подготовку.

К занятиям допускаются дети, имеющие медицинское заключение о возможности заниматься хореографией.

Для занятий необходимо приобрести танцевальную форму и специальную обувь.

Педагог: Темирова Е.К.

Период	Продолжительность занятия	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год
3 г.об.	2ч. и 3ч.	3 1	9ч.	43	387 ч.
<u>Итого:</u>					<u>387 ч.</u>

Формы организации занятий

Ведущими формами организации образовательного процесса являются:

- практическое занятие
- репетиционное занятие.

Так же используются следующие формы организации занятий:

- беседа
- видео занятие
- занятие - игра
- занятие - импровизация
- класс-концерты
- участие в конкурсах и фестивалях различного уровня (городской, краевой, всероссийский, международный)
- выступление на концертных площадках округа, города
- посещение спектаклей, концертов.

Цель программы: развитие творческого потенциала учащихся, воспитание художественного вкуса средствами народно-сценического танца.

Задачи программы:

Предметные:

- сформировать базовые знания основных элементов народных танцев;
- обучить техничности исполнения и эмоциональной выразительности в танцевальной практике;
- развить музыкальный слух, ритм, пластику, грацию в движениях, эстетический вкус;
- развить способность воспринимать стилистические особенности национальных танцев, их уникальность и самобытность;
- освоить основы варьирования и импровизации;

– подготовить к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях, выступлениям на сценических площадках.

Метапредметные:

- развить творческие способности, воображение, эмоциональную отзывчивость;
- научить анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда;
- формировать активность, коммуникабельность, познавательный интерес;
- формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей, определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Личностные:

- развить у подростков чувство гордости за свою Родину, интерес и уважение к культуре народов России и мира;
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, внимательность, обязательность, аккуратность;
- формировать навыки дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей,
- формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
(педагог: Темирова С.Г.)
1-ый год обучения.

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Партерный экзерсис.	60	1	19	контрольное занятие
3	Основы русского танца.	60	2	46	контрольное занятие
4	Музыкальная грамота.	8	3	5	- наблюдение; - контрольное занятие
5	Экзерсис у станка.	46	4	42	- наблюдение; - контрольное занятие
6	Экзерсис на середине класса.	58	2	40	- контрольное занятие; - класс-концерт
7	Пространственное ориентирование.	6	1	5	- наблюдение
8	Этюдная и постановочная работа.	86	6	80	фестивали, конкурсы

9	Импровизация.	10	1	9	- наблюдение; - представление проекта
10	Конкурсы, фестивали	6	-	6	результат участия
11	Итоговое занятие.	2	1	1	класс-концерт
Всего:		344 часа			

2-

ой год обучения.

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Партерный экзерсис.	60	1	19	контрольное занятие
3	Основы русского танца.	60	2	46	контрольное занятие
4	Музыкальная грамота.	8	3	5	- наблюдение; - контрольное занятие
5	Экзерсис у станка.	46	4	42	- наблюдение; - контрольное занятие
6	Экзерсис на середине класса.	58	2	40	- контрольное занятие; - класс-концерт
7	Пространственное ориентирование.	6	1	5	- наблюдение
8	Этюдная и постановочная работа.	86	6	80	фестивали, конкурсы
9	Импровизация.	10	1	9	- наблюдение; - представление проекта
10	Конкурсы, фестивали	6	-	6	результат участия
11	Итоговое занятие.	2	1	1	класс-концерт
Всего:		344 часа			

3-

ий год обучения.

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Партерный экзерсис.	60	4	54	контрольное занятие
3	Музыкальная грамота.	6	2	4	- наблюдение; - контрольное занятие
4	Экзерсис у станка.	52	6	46	- наблюдение;

					- контрольное занятие
5	Экзерсис на середине класса.	60	4	56	- контрольное занятие; - класс-концерт
6	Пространственное ориентирование.	15	2	13	- наблюдение
7	Этюдная и постановочная работа.	172	10	162	фестивали, конкурсы
8	Импровизация.	12	2	10	- наблюдение; - представление проекта
9	Конкурсы, фестивали	6	-	6	результат участия
10	Итоговое занятие.	2	1	1	класс-концерт
Всего:		387 часов сделать на 344			

4- ый год обучения.

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Партерный экзерсис.	60	4	54	контрольное занятие
3	Музыкальная грамота.	6	2	4	- наблюдение; - контрольное занятие
4	Экзерсис у станка.	52	6	46	- наблюдение; - контрольное занятие
5	Экзерсис на середине класса.	60	4	56	- контрольное занятие; - класс-концерт
6	Пространственное ориентирование.	15	2	13	- наблюдение
7	Этюдная и постановочная работа.	172	10	162	фестивали, конкурсы
8	Импровизация.	12	2	10	- наблюдение; - представление проекта
9	Конкурсы, фестивали	6	-	6	результат участия
10	Итоговое занятие.	2	1	1	класс-концерт
Всего:		387 часов			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

год обучения

№	Наименование раздела	Теоретические сведения	Практическая работа
1	Вводное занятие.	Беседа. История развития народного танца от истоков до наших дней.	-
2	Партерный экзерсис.	Техника безопасности при увеличении силовой нагрузки, количества движений и темпа исполнения.	1 Комплекс партерной гимнастики в усложненной форме. Упражнения на развитие выворотности стоп, развитие силы ног, спины, пресса, развитие танцевального шага.
3	Основы русского танца.	1. Особенности постановки корпуса, ног, рук, головы в народном танце. 2. Виды поклонов. 3. Особенности исполнения шагов и ходов русского танца. 4. Просмотр видео материалов (танцевальные коллективы Кубанского казачьего хора Хора им. Пятницкого, Волжского народного хора)	1. Постановка корпуса 2. Виды поклонов: головной маленький, поясной, «ниже пояса», поклон «к сердцу», северный поклон, поклон в «замок». 3. Ходовые движения, шаги, боковые шаги. 4. Бег (простой, с «молоточками», с подъемом колена наверх, с выносом прямых ног, с подскоком). 5. Гармошки, ёлочки, притопы, «ключи», верёвочки, ковырялочки, дробы. 6. Обращение с платочком в русском танце.
4	Музыкальная грамота.	Беседа: Основные выразительные средства музыки. Понятия: мелодия, метрические основы музыки, ритмический музыкальный размер, гармония.	1. Упражнения на определение ритма. 2. Работа с музыкальными произведениями, определение мелодии на материале русских народных песен.
5	Экзерсис у станка.	Особенности исполнения экзерсиса у станка в народно-сценическом танце.	1. Demi-plie плавное и с акцентом. 2. Battement tendu носок-каблук, с demi-plie на опорной ноге. 3. Rond de rambe par terre, с demi-plie на опорной ноге, с кругом каблук по полу. 4. Упражнение для бедра. 5. Подготовка к flic-flac. 6. Battement debelore на 90° плавное/ резкое. 7. Grand battement jetes с вытянутой стопой, с сокращённой стопой.
6	Экзерсис на середине класса.	1. Основные правила комбинирования движений. 2. Отличительные	1. Танцевальные комбинации с использованием «гармошек» и «елочек».

		особенности белорусского танца.	2. Притопы: двойной притоп, притоп с подскоком, тройной притоп, двойной притоп. 3. Разновидности дробей. 4. Технические комбинации с ковырялочкой, веревочкой, дробями. 5. Основные движения белорусского танца (ход с подбивкой, притоп, полька).
7	Пространственное ориентирование.	Просмотр хореографических композиций ансамбля «Березка»: «Весенний хоровод», «Прялица».	Рисунки танца с возрастающей и убывающей интенсивностью.
8	Этюдная и постановочная работа.	Подготовка к новомуднему представлению «Зимняя сказка». Выбор сюжетной линии, персонажей, образов, реквизита.	1. Хореографическая картинка «Весёлые снежки». 2.Этюд «Лявониха». 3. Этюд «Бульба». 4.«Белорусская полечка»
9	Импровизации.	Формы танцевальной импровизации.	1 Свободное комбинирование. 2 Импровизация на основе изученных движений.
10	Конкурсы, фестивали.	Беседа: «Как подготовить себя к выступлению».	Участие в фестивалях «Ритмы планеты», «В кругу друзей», «Амурские зори», «Вейся веноч», «Тру-ля-ля и К».
	Итоговое занятие.	Подведение итогов. Награждение. Задачи следующего года.	- Класс-концерт; - игровая программа.

2

год обучения

№	Наименование раздела	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Вводное занятие	Беседа: Особенности национальной хореографии: - русской - украинской - эстонской	-
2	Партерный экзерсис.	Техника безопасности при исполнении акробатических элементов.	1. Упражнения с упором на силовые движения. 2. Сложные элементы на гибкость и растяжку.
3	Основы русского танца.	1. Техника работы с платком. 2. Правила исполнения прыжков, вращений.	1. Усложненные поклоны. 2. Обращение с платочком. 3. Дроби. 4. Прыжки. 5. Подготовка к вращениям и вращения.
4	Музыкальная грамота.	Музыкальные разделы: экспозиция, основная часть, связующая, реприза,	1. Разбор музыкальных произведений. 2. Определение мотива, фразы

		заключение, кода.	предложения.
5	Экзерсис у станка.	Техника исполнения движений у станка.	Усложнение комбинаций 1. Demi plie и grand plie с подъёмом на п/п и наклоном корпуса. 2. Battement tendu. jele с подъёмом пятки опорной ноги. 3. Rond de jambe par terre на 45°. 4. «Веребочка» с demi plie на опорной ноге. 5. Упражнения для бедра с подъёмом на п/п. 6. Подготовка к flic-flac с переступанием по 3 позиции вперёд, в сторону, назад. 7. Дробные выстукивания. 8. Battement developpe с работой пятки опорной ноги. 9. Grand battement jetes с demi-plie на опорной ноге.
6	Экзерсис на середине класса.	1. Отличительные особенности украинского, эстонского танца. 2. Техника исполнения присядок в русском и украинском танцах.	1. Основные ходы, постановка рук, корпуса в эстонском танце. 2. Лексика украинского танца: «бегунец»; «тынок»; боковой ход; «выхиялетник»; падание, «голубец». 3. Мужские движения: присядки, ползунок, мельница, подсечка.
7	Пространственное ориентирование.	Многоплановые рисунки. Просмотр концерта Государственного ансамбля танца «Гжель».	Разводка многоплановых рисунков. Самостоятельная работа по сочинению рисунков танца.
8	Этюдная и постановочная работа.	Подготовка к новомуднему представлению: «Зимняя сказка». Сочинение сюжета, выбор образа.	1 Подготовка и работа над этюдом на эстонском материале. 2 Подготовка и работа над концертными номерами на русском и украинском материале. 3 Подготовка конкурсных номеров.
9	Импровизация.	Правила импровизации в парах, в тройках.	Импровизации на примере народных танцев. Русский перепляс, «стенка на стенку». Практические задания. Баттл.
10	Конкурсы, фестивали.	Беседа: «Как подготовить себя к выступлению».	Участие в фестивалях «Ритмы планеты», «В кругу друзей», «Амурские зори», «Вейся веночек», «Тру-ля-ля и К».
11	Итоговое занятие	- Подведение итогов - Награждение - Задачи следующего года	Класс-концерт Баттл.

№	Наименование раздела	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Вводное занятие	Беседа: Особенности национальной хореографии.	-
2	Партерный экзерсис.	Приемы и техника исполнения акробатических элементов. Техника безопасности.	Комплекс усложненной формы партерной гимнастики с элементами акробатики; - комплекс на развитие силы мышц; - упражнения на развитие танцевального шага.
3	Музыкальная грамота.	Беседа: Музыкальная форма. Вариация. Рондо.	Разбор музыкальных форм.
4	Экзерсис у станка.	Техника исполнения движений у станка.	1. Demi-plié и grand plié с поворотом коленей. 2. Battement tendu - с выпадом ноги на каблук, - с поворотом стопы в закрытое положение и выведением ноги в сторону. 3. Battement tendu jetés с одним или двойным ударом каблука. 4. Rond de jambe par terre. 5. Двойная «верёвочка». 6. Battement fondu. 7. Flic-flac (по всем направлениям). 8. Выстукивания. 9. Battement developpe с двойным ударом. 10. Grand battement jete.
5	Экзерсис на середине класса.	Техника исполнения маятника, подбивки, моталочки, хлопушек и присядок.	1. Движения русского танца: «маятник», подбивка, моталочка, верёвочка, хлопушки, присядки, прыжки, вращения. 2. Работа с шалью, танцевальные комбинации 3. Движения башкирского танца: - комбинации ходов; - работа рук, корпуса; - прыжки; - вращения; - комбинации с плеткой.
6	Пространственное ориентирование.	Рисунки русского хоровода.	Наборный хоровод. Самостоятельная работа по составлению. Рисунков хоровода.

7	Этюдная и постановочная работа.	1. Подготовка к новомуднему представлению «Зимняя сказка». Эюд с шалью. Выбор сюжетной линии, образа, сюжета.	1. Эюд с шалью. 2. Башкирский танец. Лексика. Танцевальные комбинации. Рисунки танца.
8	Импровизация.	Правила импровизации в малых группах.	Импровизация на национальном материале: русский, башкирский.
9	Конкурсы, фестивали.	Беседа: Как настроить себя перед выходом на сцену.	Участие в фестивалях «Ритмы планеты», «В кругу друзей», «Амурские зори», «Вейся веноч».
10	Итоговое занятие	Подведение итогов - Награждение - Задачи на следующий год	Класс-концерт Мини-конкурс

4год обучения.

№	Наименование раздела	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Вводное занятие	Беседа: Особенности национальной хореографии.	-
2	Партерный экзерсис.	Приемы и техника исполнения акробатических элементов. Техника безопасности.	Комплекс усложненной формы партерной гимнастики с элементами акробатики; - комплекс на развитие силы мышц спины, брюшного пресса; - упражнения на развитие гибкости, танцевального шага.
3	Экзерсис у станка.	Техника исполнения движений у станка.	Demi pliés и grand pliés. Battements tendus и Battemets tendus jetés. Pas tortilla. Rond de jambe par terre. Маленькое каблучное. Battemets fondus. Développé, relevé lent. Grands battements jetes Подготовка к «качалочке» и «качалочка». Port de bras в определенном характере. Отработка прыжка «бедуинский».
4	Экзерсис на середине класса.	1. Техника исполнения припадания, вращений. 2. Особенности исполнения молдавского танца.	1. Боковые припадания простые, с поворотами. 2. Повороты с «ковырялочкой», повороты с «молоточками», повороты приемом «каблучки», «поджатые».

			3. Двойная дробь с «ускорением», с притопами и разворотами корпуса. 4. Движения молдавского танца: бег, подскоки, выстукивания. Работа рук в молдавском танце.
5	Этюдная и постановочная работа.	1. Подготовка к новомуднему представлению «Зимняя сказка». Выбор сюжетной линии, образа, сюжета.	1. Хореографическая картинка «На неведомых дорожках». 2. Русский танец «У самовара». 3. Молдавский танец «Постирали...»
6	Импровизация.	Правила импровизации на создание определенного образа.	Импровизация на национальном материале: русский, молдавский.
7	Конкурсы, фестивали.	Беседа: «Как настроить себя перед выходом на сцену».	Участие в фестивалях «Ритмы планеты», «В кругу друзей», «Амурские зори», «Вейся венки».
8	Итоговое занятие	Подведение итогов. Награждение.	Класс-концерт. Выпускной калейдоскоп.

Планируемые результаты.

Предметные:

- К концу изучения программы «Шаг за шагом с «Улыбкой» обучающиеся:
- овладеют техникой танцевального исполнительства (основные позиции и постановка корпуса в народно-сценическом танце, основные элементы народного танца у станка и на середине класса);
 - овладеют навыками художественной выразительности (исполнение движений в соответствии с характером музыки);
 - овладеют навыком работы в паре, в ансамбле, сольно;
 - научатся исполнять простые трюковые движения;
 - приобретут навыки выступлений на различных сценических площадках.

Метапредметные:

- сформируют умение самостоятельно определять цели обучения;
- сформируют умение понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- смогут определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- смогут развить психофизические особенности, способствующие их успешной самореализации,
- сформируют навыки взаимодействия с товарищами и преподавателями; - -----
- научатся уважать и принимать духовные и культурные ценности разных народов.

Личностные:

- сформируют потребность в саморазвитии, приобретут мотивацию к познанию нового;
- приобретут потребность в здоровом образе жизни;
- сформируют умения самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности,
- сформируют умение планировать свое время, самостоятельно контролировать свою деятельность, давать объективную оценку своему труду.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. Танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами.
2. Музыкальный инструмент – фортепиано.
3. Аудио и видео аппаратура
4. Ноутбук, колонки
5. Гимнастические коврики, маты.
6. Костюмы, реквизит для постановки танцев.

Информационное обеспечение:

1. Аудиотека
2. Видеотека

Кадровое обеспечение:

3. Концертмейстер для занятий по народному танцу.

Формы аттестации

Этапы оценки результатов:

- *предварительный* - в начале учебного года, либо перед изучением новой темы;
- *промежуточный* - контрольные задания, показательные занятия;
- *итоговый* – в конце учебного года.

Формы подведения итогов:

- открытое занятие,
- проведение класс - концертов в конце учебного года,
- участие в традиционных праздничных представлениях ансамбля «Улыбка» («Зимняя сказка», «Весенняя капель»),
- на различных сценических площадках города, по мере поступления социального заказа,
- участие в городских, краевых, международных конкурсах и фестивалях («Амурские зори», «Танцевальный калейдоскоп», «Вейся венки», «Ритмы планеты» и т.д.),
- проведение класс - концертов в конце учебного года,

- выезды на конкурсы и фестивали по России и за рубеж.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертных выступлениях, где они могут показать уровень своего сценического мастерства, и победами коллектива в конкурсах и фестивалях различного уровня (городских, краевых, всероссийских, международных).

Критерии оценки усвоения программы.

Критерии оценки	Уровни усвоения		
	Высокий	Средний	Низкий
Владение хореографической терминологией	Знает название движений и перевод. Свободно оперирует хореографической терминологией. Владеет методикой исполнения танцевальных элементов. Знает правила анализа, может объяснять ошибки..	Знает название движений, ошибается в применении специальной терминологии. Владеет методикой исполнения движений, но не всегда видит ошибки. Не знает, как самостоятельно их исправить.	Ошибается в названии и переводе движений, не владеет правилами исполнения, анализа.
Музыкальность, ритмичность	Отличное чувство ритма. Развита музыкально-ритмическая координация. Четко исполняет танцевальные элементы под музыку. Владеет музыкальными формами.	Среднее чувство ритма. Не четко исполняет и координирует движения под музыку. Ошибается в музыкальных размерах, музыкальных формах.	Нет чувства ритма. Испытывает затруднения в исполнении движений под музыку. Слабое ритмическое чувство, не может определить размер, музыкальную форму.
Пространственное ориентирование.	Отлично ориентируется в пространстве, знает особенности и правила построения и перестроения рисунков. Владеет разновидностями построения рисунков по степени сложности.	Средне ориентируется в сценическом пространстве. Во время исполнения не четко держи рисунок, интервалы. Не точно знает особенности построения и перестроения рисунков. Не всегда точно определяет разновидности рисунков	Не уверенно ориентируется в сценическом пространстве. Затрудняется при построении, перестроении и слабо владеет рисунками по степени сложности

		повышенной сложности.	
Техника и манера исполнения	Отличная координация (нервная, мышечная). Высокая слаженность при исполнении движений на координацию рук, корпуса и головы. Отличная постановка корпуса, динамика и амплитуда исполнения. Движения используются легко без усилий на хорошем дыхании. Точная и многогранная манера исполнения при освоении характерного материала.	Хорошо владеет художественной трактовкой хореографических образов. Не всегда справляется с осмыслением образа. Хорошо чувствует стиль, но не всегда исполнение выразительно и эмоционально. Не стабильно владеет компонентами артистизма.	Слабо понимает художественную трактовку хореографических образов. Нет самостоятельного осмысления исполнения, скованное, не выразительное, не эмоциональное
Артистичность исполнения	Отлично воспроизводит художественную трактовку произведения. Отлично владеет чувством стиля, выразительностью и эмоциональностью исполнения. Отлично справляется с исполнительским осмыслением образа: - умеет подчинять свое исполнение общим задачам. Владеет понятиями: энергетика, интенсивность и т.д.	Хорошо владеет художественной трактовкой хореографических образов. Не всегда справляется с осмыслением образа. Хорошо чувствует стиль, но не всегда исполнение выразительно и эмоционально. Не стабильно владеет компонентами артистизма.	Слабо понимает художественную трактовку хореографических образов. Нет самостоятельного осмысления, исполнение скованное, не выразительное, не эмоциональное.
Навыки импровизации	Отлично владеет практическими навыками импровизации разных стилей и жанров. Свободно применяет эрудицию, логику, обобщение при выполнении творческих заданий.	Хорошо владеет практическими навыками импровизации. Не всегда легко ориентируется в жанровых и стилистических особенностях. Иногда испытывает	Слабо владеет импровизационными навыками. Предпочитает стандартные шаблонные решения при выполнении творческих заданий. Затрудняется логически обобщать

	Не испытывает затруднений при выполнении импровизационных заданий, находит нестандартные оригинальные решения.	затруднения в логических обобщениях сюжетных и образных линиях.	в импровизационные задания.
--	--	---	-----------------------------

Так же в результате обучения проходит диагностика личностного развития ребёнка (творческой активности ребенка, художественного вкуса). Результаты личностного развития ребенка (творческой активности ребенка, художественного вкуса) диагностируются следующими методиками:

- Тест П.Торренса – развитие творческого мышления
- Методика М.И. Рожкова, Ю.С Тюнникова, Б.С Алишева, Л.А. Воловича - сравнительный анализ изменений в сформированности у учащихся творческой активности.

Методическое обеспечение программы.

Показ движений и словесное объяснение являются основными методами работы преподавателя. Они – главные проводники требований преподавателя к учащимся. При реализации программы продвинутого уровня показ становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты, особенно мышечную работу тела. Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения, слово несёт большую нагрузку. По мере взросления детей терминология усложняется, на уроках классического танца используются французские термины, усвоение обучающимися профессиональной терминологии необходимо систематически проверять.

Практический метод – метод направленного прочувствования движения. Моторная память развивается, отрабатывается на основе точной исполнительской техники, путем многократного повторения упражнений на протяжении всего курса обучения. Психофизический аппарат у каждого воспитанника разный, поэтому важно добиться индивидуального мышечного ощущения в постановке корпуса, позах, танцевальных движениях. Важно, чтобы многократное повторение одних и тех же движений не превратилось в своеобразную «дрессуру». Осмысленность – вот что помогает понять, как работают те или иные мышцы, почему один нюанс придает исполнению красоту, а другой делает его неуклюжим. Активность и сознательность поддерживается путем организации такого урока, который побуждает к самостоятельному анализу движений, комбинаций, что в свою очередь, развивает умственные и физические способности.

В целях повышения эффективности работы используется проблемный метод. В отличие от традиционных методов, когда детям сообщается «готовая» информация, проблемная методика предполагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. В процессе занятий детям можно предложить дополнить танцевальную комбинацию лексически или окрасить ее эмоционально, придумать продолжение сюжетной линии, усложнить или изменить рисунок танца. Таким образом, дети активно включаются в творческую работу.

Выбор методов обучения не может быть произвольным, они определяются главной целью и конкретными задачами, которые будут решаться на уроке.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- групповая
- индивидуальная
- в парах
- индивидуально-групповая
- ансамблевая.

В целях повышения уровня обучения и интереса к предмету, используются следующие образовательные технологии:

• уровневой дифференциации. Разноуровневое обучение необходимо для того, чтобы предоставить шанс каждому обучающемуся развивать свои потенциальные способности. Развивает мотивацию к обучению, дает возможность обучения на максимально сильном уровне, позволяет адаптировать образовательную программу к особенностям различных групп обучающихся. Центральное место в этой технологии отводится ребенку, его деятельности, качествам его личности. В ансамбль дети приходят по желанию, без строгого профессионального отбора, физиологические данные детей различны, поэтому на занятиях очень удобна блочная подача материала, работа с малыми группами на нескольких уровнях усвоения, наличие комплексов заданий для усвоения базового уровня программы и специальных заданий повышенного уровня.

• проблемного обучения. Позволяет включить детей и подростков в процесс сотворчества. Развивает самостоятельную деятельность обучающихся, в ходе которой формируются новые знания и умения, развиваются способности, познавательная активность, творческое мышление.

• технология событийности. Позволяет формировать детско-взрослые событийные общности, нацелена на развитие потенциала совместного бытия взрослых и детей. Позволяет уйти от инертности детей, развивает их самостоятельность, ответственность, т.к. ситуацию события «творим сами». Событийный урок или воспитательное мероприятие обогащают личный опыт

ребенка, его ценностные отношения. Позволяет быстро отследить обратную связь (рефлексию)

- технология тьюторства. Позволяет предоставить обучающимся больше самостоятельности. Дети, получающие информацию от своих товарищей тьюторов, лучше воспринимают и усваивают материал, освобождаются от страха неудачи. У самих тьюторов повышается степень ответственности за свою деятельность, появляется возможность продемонстрировать уровень обученности, подняться на более высокую ступень развития, социальной зрелости.

Календарный учебный график

3 год обучения

Педагог: Темирова Е.К.

Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
2/9	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, история развития народного танца, от истоков до наших дней.	Видео урок.	2ч	
3/9	Продолжение. История развития народного танца.	Видео урок.	2ч	Устный опрос
4/9	Комплекс упражнений партерной гимнастики.	Практическое занятие	2ч	
6/9	Упражнения для развития подвижности и выворотности стоп.	Практическое занятие	2ч	
9/9	Упражнения на развитие выворотности. Виды «лягушек»	Практическое занятие	2ч	
10/9	Партер: упражнения для укрепление мышц спины.	Практическое занятие	2ч	
11/9	Партер: упражнения на развитие танцевального шага.	Практическое занятие	2ч	
13/9	Продолжение работы на развитие танцевального шага.	Практическое занятие	2ч	
16/9	Партер: упражнения для пресса.	Практическое занятие	2ч	
17/9	Основы русского народного танца: - постановка корпуса - постановка головы - позиции ног (открытые, выворотные, прямые, свободные, закрытые)	Практическое занятие	2ч	
18/9	Основы русского народного танца. - позиции рук, 1,2,3 подготовительная, комбинированные.	Практическое занятие	2ч	

20/9	Основы русского народного танца. Виды поклонов (головной, маленький поясной, «ниже пояса»).	Практическое занятие	2ч	
23/9	Виды поклонов: - поклон к сердцу - поклон в «замок» - с большим платком.	Практическое занятие	2ч	
24/9	Основные группы традиционной лексики русского танца. Ходовые движения построенные на шагах.	Практическое занятие	2ч	
25/9	Разновидности простых шагов (простой – бытовой, с demi plie на опорной ноге, шаг с каблука. Просмотр видео.	Практическое занятие	2ч	
27/9	Разновидности шагов: шаркающий, шаг на 1/16 такта на п/п.	Практическое занятие	2ч	
30/9	Разновидности шагов: - переменный - переменный в demi plie - переменный с ударом - переменный на п/п.	Практическое занятие	2ч	
1/10	Разновидности боковых ходов русского народного танца (приставной, приставной на всю стопу, приставной на п/п, приставной с ударом).	Практическое занятие	2ч	
2/10	Основные разновидности бега: (простой с «молоточками», бег с подъемом коленей наверх.	Практическое занятие	2ч	
4/10	Разновидности бега с выносом прямых ног, бег с подскоком.	Практическое занятие	2ч	
7/10	Простейшие комбинации поклонов - с работой рук, корпуса - на месте, с продвижением. Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
8/10	Простейшие комбинации на ходы, проходки Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
9/10	Экзерсис у станка: - demi plie плавное (на русском материале).	Практическое занятие	2ч	
11/10	Экзерсис у станка: - demi plie резкое, с акцентом вниз, вверх. (на русском материале).	Практическое занятие	2ч	
14/10	Экзерсис у станка:	Практическое	2ч	

	Battement tendu - носок – каблук.	занятие		
15/10	Экзерсис у станка: Battement tendu - с demi plie на опорной ноге.	Практическое занятие	2ч	
16/10	Экзерсис у станка: Rond de jambe parterre.	Практическое занятие	2ч	
18/10	Экзерсис у станка: Rond de jambe с demi plie на опорной ноге.	Практическое занятие	2ч	
21/10	Отработка rond de jambe parterre.	Практическое занятие	2ч	
22/10	Экзерсис на середине - работа с платочком.	Практическое занятие	2ч	
23/10	Продолжение работы с платочком. Образные решения. Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
25/10	Простейшие комбинации работы с платочком.	Практическое занятие	2ч	
28/10	Подготовка к контрольному занятию.	Практическое занятие	2ч	
29/10	Подготовка к тестированию.	Практическое занятие	2ч	
30/10	Контрольное занятие.	Показ	2ч	Контрольное занятие
1/11	Экзерсис у станка: усложнение движений - demi plie; - bat. Tendu; - rond de jambe parterre.	Практическое занятие	2ч	
5/11	Экзерсис у станка: подготовка к верёвочке.	Практическое занятие	2ч	
6/11	Отработка подготовки к верёвочке.	Практическое занятие	2ч	
8/11	Азбука русского народного танца: «верёвочка».	Практическое занятие	2ч	
11/11	Азбука русского народного танца: разновидности «верёвочек» «косичка».	Практическое занятие	2ч	
12/11	Азбука русского народного танца: «верёвочка с акцентом».	Практическое занятие	2ч	
13/11	Азбука русского народного танца: «верёвочка с двойным ударом».	Практическое занятие	2ч	
15/11	Простейшие комбинации с «верёвочкой»	Практическое занятие	2ч	
18/11	Азбука русского народного танца: верёвочка с переступанием.	Практическое занятие	2ч	
19/11	Экзерсис у станка: - rond de jambe parterre	Практическое занятие	2ч	

	круг пяткой по полу.			
20/11	Отработка rond de jambe par terre круг пяткой по полу.	Практическое занятие	2ч	
22/11	Экзерсис у станка: - упражнения для бедра (внутри, наружу).	Практическое занятие	2ч	
25/11	Экзерсис у станка: - упражнения для бедра усложнённые вращения в тазобедренном суставе.	Практическое занятие	2ч	
26/11	Отработка упражнений для бедра.	Практическое занятие	2ч	
27/11	Танцевальные комбинации на поклон.	Практическое занятие	2ч	
29/11	Отработка комбинаций.	Практическое занятие	2ч	
2/12	Срезовое занятие: определить уровень усвоения знаний материала у учащегося.	Практическое занятие	2ч	
3/12	Азбука русского танца: «ковырялочка» - простая.	Практическое занятие	2ч	
4/12	Азбука русского народного танца: - «ковырялочка» с подскоком на опорной ноге.	Практическое занятие	2ч	
6/12	Азбука русского народного танца: «ковырялочка» с подскоком на опорной ноге. Комбинации с «ковырялочкой». Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
9/12	Подготовка к новогоднему представлению «Зимняя сказка». Работа над танцевальным номером «Весёлые снежки» - на русском материале.	Практическое занятие	2ч	
10/12	Проучивание танцевальной лексики номера «Весёлые снежки» - работа со снежком.	Практическое занятие. Видео урок.	2ч	
11/12	Работа над танцевальной лексикой «Весёлые снежки» - комбинации со снежком.	Практическое занятие	2ч	
13/12	Работа с предметами: санки, метёлки, лопаты.	Практическое занятие	2ч	
16/12	Продолжение работы с предметами	Практическое занятие	2ч	
17/12	Разводка танцевальной композиции номера «Весёлые	Практическое занятие	2ч	

	снежки».			
18/12	Разводка танцевальной композиции номера «Весёлые снежки». Продолжение.	Практическое занятие	2ч	
20/12	Отработка рисунков номера «Весёлые снежки».	Практическое занятие	2ч	
23/12	Работа с солистами.	Практическое занятие	2ч	
24/12	Продолжение работы с солистами. Работа над манерой и чистотой исполнения номера.	Практическое занятие	2ч	
25/12	Продолжение работы с солистами. Работа над манерой и чистотой исполнения номера.	Практическое занятие	2ч	
27/12	Отработка простейших трюков. Работа над манерой и чистотой исполнения номера.	Практическое занятие	2ч	
30/12	Продолжение отработки простейших трюковых комбинаций. Отработка номера.	Практическое занятие	2ч	
31/12	Новогоднее представление «Зимняя сказка».	Концертное выступление	2ч	Концертное выступление
10/1	Инструктаж по технике безопасности. Работа с видео, разбор и анализ номера «Весёлые снежки».	Практическое занятие	2ч	
13/1	Танцевальная разминка на русском материале.	Практическое занятие	2ч	
14/1	Азбука народного танца: основные разновидности притопа: - двойной притоп, подскок с притопом, тройной притоп.	Практическое занятие	2ч	
15/1	Азбука народного танца: - отбойный притоп. Отработка притопов.	Практическое занятие	2ч	
17/1	Азбука русского народного танца: «ключ», «ключ отбой».	Практическое занятие	2ч	
20/1	Экзерсис у станка: подготовка к blie-blac (упражнение со свободной стопой).	Практическое занятие	2ч	
21/1	Продолжение работы над подготовкой к flie-flac.	Практическое занятие	2ч	
22/1	Азбука русского народного танца: основные разновидности дробей с продвижением: - дробь «горох»,	Практическое занятие	2ч	

	- дробь с одной ножки.			
24/1	Основные разновидности дробей: - дробь в три ножки, - удары с подскоком и переступанием.	Практическое занятие	2ч	
27/1	Разновидности освоенных дробей: - простая сдвоенная, - сдвоенная с переступанием, - сдвоенная дробь с синкопой.	Практическое занятие	2ч	
28/1	Простейшие дробные комбинации на месте с продвижением.	Практическое занятие	2ч	
29/1	Отработка дробных комбинаций.	Практическое занятие	2ч	
31/1	Сочинение дробных комбинаций. Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
3/2	Срезовое занятие	Практическое занятие	2ч	
4/2	Экзерсис у станка: - Battement developpe на 90° плавное.	Практическое занятие	2ч	
5/2	Этюд дробный. Проучивание этюда.	Практическое занятие	2ч	
7/2	Отработка дробного этюда.	Практическое занятие	2ч	
10/2	Продолжение работы над дробным этюдом	Практическое занятие	2ч	
11/2	Экзерсис у станка: - Battement developpe на 90° резкое.	Практическое занятие	2ч	
12/2	Экзерсис у станка: Grand battement jetes с вытянутой стопой.	Практическое занятие	2ч	
14/2	Экзерсис у станка: Grand battement jetes с сокращенной стопой.	Практическое занятие	2ч	
17/2	Основные выразительные средства музыки: мелодия, ритм.	Практическое занятие	2ч	
18/2	Основные выразительные музыкальные средства: - лирические основы музыки, - музыкальный размер.	Практическое занятие	2ч	
19/2	Основные выразительные музыкальные средства: - мелодия.	Практическое занятие	2ч	
21/2	Срезовое занятие по теме: Основные выразительные	Практическое занятие	2ч	Тестирование

	музыкальные средства.			
24/2	Основные разновидности рисунков: - возрастающая интенсивность.	Практическое занятие	2ч	
25/2	Основные разновидности рисунков: - убывающие по интенсивности (из одного 2-3 и т.д.)	Практическое занятие	2ч	
26/2	Сочинение рисунков (возрастающих и убывающих.) Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
28/2	Национальная хореография. Белорусский танец. Особенности. Национальная колористика. Орнаменты. Просмотр видео материалов.	Практическое занятие	2ч	
2/3	Проучивание танцевальной лексики белорусского танца манера исполнения, подвижный темп. - основные положения ног, рук - элементы танца «Лявониха»	Практическое занятие	2ч	
3/3	«Лявониха»: боковой ход с подбивкой галоп, ход с подбивкой, ход назад, тройной притоп.	Практическое занятие	2ч	
4/3	Этюд «Лявониха» - разводка этюда.	Практическое занятие	2ч	
6/3	Продолжение работы над этюдом «Лявониха».	Практическое занятие	2ч	
9/3	Разводка композиции этюда «Лявониха».	Практическое занятие	2ч	
10/3	Отработка этюда: «Лявониха».	Практическое занятие	2ч	
11/3	Работа над манерой и чистотой исполнения этюда «Лявониха».	Практическое занятие	2ч	
13/3	Основные движения белорусского танца «Бульба» - подскок с тройным переступанием.	Практическое занятие	2ч	
16/3	Основные движения белорусского танца «Бульба» - полька во вращении, - полька с поворотом.	Практическое занятие	2ч	
17/3	Этюд «Бульба» - разводка этюда.	Практическое занятие	2ч	
18/3	Разводка композиции танца «Бульба».	Практическое занятие	2ч	
20/3	Отработка этюда «Бульба».	Практическое занятие	2ч	
23/3	Работа над манерой и чистотой исполнения этюда «Бульба».	Практическое занятие	2ч	

24/3	Отработка этюдов «Крыжачок», «Бульба».	Практическое занятие	2ч	
25/3	Подготовка к открытому занятию.	Практическое занятие	2ч	
27/3	Продолжение работы над открытым занятием.	Практическое занятие	2ч	
30/3	Открытое занятие	Практическое занятие	2ч	
31/3	Азбука русского народного танца: «гармошка», «гармошка» с demi plie, «гармошка» в повороте, «ёлочка».	Практическое занятие	2ч	
1/4	Продолжение работы над видами «гармошек». Простейшие комбинации с двумя «гармошка», «елочка».	Практическое занятие	2ч	
3/4	Сочинение простейших комбинаций с двумя «елочка», «гармошка», с работой рук, платочком. Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
6/4	Формы танцевальной импровизации.	Практическое занятие	2ч	
7/4	Продолжение работы на танцевальными импровизациями.	Практическое занятие	2ч	
8/4	Импровизации на разную тему, движения. Самостоятельная работа.	Практическое занятие	2ч	
10/4	Мини-конкурс Тема: «Пластические импровизации на русском и белорусском материале.	Мини конкурс	2ч	Мини конкурс
13/4	Освоение хореографического материала. Работа на танцевальном концертными номерами. Русский хоровод: «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
14/4	Проучивание танцевальной лексики номера «Веретенце» - основной шаг «трелистник» - ход на полупальцах.	Практическое занятие	2ч	
15/4	Лексика номера «Веретенце» - работа с платком - работа рук, «прядём» «мотаем».	Практическое занятие	2ч	
17/4	Проучивание фигуры «прялка».	Практическое занятие	2ч	
20/4	Понятие шен: простой, по кругу, по диагонали.	Практическое занятие	2ч	
21/4	Продолжение работы над	Практическое	2ч	

	шеном, введение рук, с платочком.	занятие		
22/4	Разводка номера «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
24/4	Продолжение разводки номера «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
27/4	Отработка рисунков танцевального номера «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
28/4	Продолжение отработки рисунков номера «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
29/4	Работа над манерой и чистотой исполнения номера «Веретенце».	Практическое занятие	2ч	
4/5	Продолжение работы над манерой и чистотой исполнения номера «Веретенце» .	Практическое занятие	2ч	
5/5	Подготовка к класс-концерту. Повторение и закрепление изученного материала.	Практическое занятие	2ч	
6/5	Подготовка к класс-концерту. - комбинации у станка. Повторение и закрепление изученного материала.	Практическое занятие	2ч	
8/5	Подготовка к класс-концерту. Дробный этюд на русском материале. Повторение и закрепление изученного материала	Практическое занятие	2ч	
11/5	Подготовка к класс-концерту - этюды: «Крыжачок», «Бульба» Повторение и закрепление изученного материала.	Практическое занятие	2ч	
12/5	Подготовка к класс-концерту. Работа над этюдами «Бульба», «Крыжачок».	Практическое занятие	2ч	
13/5	Подготовка к класс-концерту. Работа над танцевальным номером «Веретенце». Повторение и закрепление изученного материала.	Практическое занятие	2ч	
15/5	Отработка танцевального номера «Веретенце». Повторение и закрепление изученного материала	Практическое занятие	2ч	
18/5	Занятие - консультация	Практическое занятие	2ч	
19/5	Подготовка к тестированию. Повторение и закрепление изученного материала.	Практическое занятие	2ч	

20/5	Продолжение подготовки к итоговому тестированию.	Практическое занятие	2ч	
22/5	Подготовка к мини-конкурсу.	Практическое занятие	2ч	
25/5	Мини-конкурс.	Практическое занятие	2ч	
26/5	Повторение и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие	2ч	
27/5	Прогон – класс-концерта.	Практическое занятие	2ч	
29/5	Класс-концерт.	Показ	2ч	Класс концерт
1/6	Партерный экзерсис. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава.	Практическое занятие	2ч	
2/6	Упражнения для развития эластичности мышц голени.	Практическое занятие	2ч	
3/6	Упражнения для развития эластичности мышц стопы.	Практическое занятие	2ч	
5/6	Упражнения для увеличения подвижности тазобедренного сустава.	Практическое занятие	2ч	
8/6	Упражнения для увеличения эластичности мышц бедра.	Практическое занятие	2ч	
9/6	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.	Практическое занятие	2ч	
11/6	Упражнения на улучшение выворотности коленных суставов.	Практическое занятие	2ч	
15/6	Упражнения для развития выворотности ног.	Практическое занятие	2ч	
16/6	Упражнения для развития танцевального шага.	Практическое занятие	2ч	
17/6	Упражнения для увеличения танцевального шага.	Практическое занятие	2ч	
19/6	Упражнения на формирование осанки.	Практическое занятие	2ч	
22/6	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	Практическое занятие	2ч	
23/6	Упражнения для укрепления мышц спины.	Практическое занятие	2ч	
24/6	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.	Практическое занятие	2ч	
26/6	Упражнения для укрепления косых мышц живота.	Практическое занятие	2ч	
29/6	Упражнения в парах для увеличения растяжки.	Практическое занятие	2ч	
30/6	Упражнения в парах для увеличения выворотности.	Практическое занятие	2ч	
1/7	Упражнения в парах для	Практическое	2ч	

	закачки спины.	занятие		
3/7	Упражнения в парах для закачки спины. Продолжение.	Практическое занятие	2ч	
6/7	Упражнения в парах для укрепления силы ног.	Практическое занятие	2ч	
7/7	Упражнения в парах для увеличения гибкости.	Практическое занятие	2ч	
8/7	Контрольное занятие.	Контрольное занятие.	2ч	
10/7	Итоговое занятие. Награждение.		2ч	Контрольное занятие.
Итого:			344 часа	

Список использованной литературы

1. Ересько И. Хореографическая подготовка. Хабаровск. 2008.
2. Корнелева Л. Теория и методика преподавания русского народного танца, Хабаровск, 2008.
3. Кононович О. Методика классического танца, Хабаровск, 2015.
4. Русских М. Основные музыкально-теоретические понятия, необходимые для занятий хореографией. Хабаровск. 2014.
5. Русские пляски для детей. Методическое пособие. АПН. Москва. 1983
6. Мэксин Тобиас, Мэри Стюарт. Растягивайся и расслабляйся. Москва. Физкультура и спорт. 2014

Список литературы, рекомендованной для детей.

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии, М.: «Рольф», 1999.
2. Карп Поэль. Младшая муза. Детская литература Москва. 2006
- Львова Наталья, Калейдоскоп, «Гуманистика», Санкт-Петербург, 2003
3. Мэксин Тобиас, Мэри Стюарт. Растягивайся и расслабляйся. Москва. Физкультура и спорт. 2014
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца. Просвещение. Москва. 1985
5. Русских М. Основные музыкально-теоретические понятия, необходимые для занятий хореографией. Хабаровск. 2014.

Список литературы, рекомендованной для родителей

1. Вашкевич Н.Н. История хореографии всех веков и народов. «Лань», 2009
2. Киселев, М. Современный ребенок и эстетическое воспитание, Педагогика. - 2004. - №8. – С. 7-14.
3. Пуртова Т.В. «Учите детей танцевать», «Владос», 2003
4. Трускиновская Д. 100 великих мастеров балета. «Вече», 2010