

Юго-Восточное управление министерства образования и науки Самарской области
Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №1 «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза С.В. Вавилова с. Борское муниципального района Борский Самарской области – дом детского творчества «Гармония»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ»
с. Борское

_____ В.И. Бердникова

Программа принята на заседании
методического совета
от «23» июня 2023 г
Протокол № 4

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Каблучок+»**

Возраст детей: 7-13 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик:
М.А. Гулидова –
педагог
дополнительного
образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная образовательная программа творческого объединения «Каблuchок» направлена на воспитание и развитие у детей танцевальной техники и имеет художественную направленность.

Одна из основных задач педагога - выявление и развитие творческой индивидуальности каждого учащегося.

Программа составлена на основании следующих документов:

- Федеральный Закон РФ «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 года № 273-РФ.
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р
- Изменения, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678 –р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 № 1230-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 – 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства РФ от 12.11.2020 № 2945 – р);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022г.. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача российской федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении [санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"](#)»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая «О направлении информации» разноуровневые программы);
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (в данной редакции внесены исправления, связанные с вступлением в силу Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»)
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ;
- Письмо министерства образования и наук Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ту (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО».
- Устав учреждения.

Актуальность

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его

эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у школьников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Новизна данной дополнительной общеразвивающей программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является *модульной*.

Данная программа содержит несколько модулей: ритмика, детский танец, элементы классического танца, элементы народного танца, элементы современных танцевальных стилей, культурно-национальная хореография и в мире танцев. Ее **отличительными особенностями** является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. **Педагогическая целесообразность** программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

При составлении данной программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции.

Программа предусматривает «стартовый» (ознакомительный) уровень освоения содержания программы, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися.

Цель программы: приобщение детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию школьников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности школьника посредством хореографического искусства.

Для осуществления поставленной цели необходимо решать следующие **задачи**:

Обучающие:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучение на основные принципы педагогики;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- научить детей мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально- двигательные, художественно – творческие).

Развивающие:

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;

- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;

- принимать участие в концертной жизни школы.

Возраст детей, участвующих в реализации программы с 7-13 лет.

Группа разновозрастная.

Объем программы: 324 часа

1 год обучения – 108 часа

2 год обучения – 108 часа

3 год обучения – 108 часа

Режим занятий

1 год обучения – занятия 1 раз в неделю по 3 часа.

2 год обучения – занятия 1 раза в неделю по 3 часа.

3 год обучения – занятия 1 раза в неделю по 3 часа.

Срок освоения - 3 года

Форма обучения - очная, дистанционная.

Формы организации деятельности: групповая, индивидуальная
и поподгруппам.

Ожидаемые результаты

Предметные

Учащиеся должны знать:

1. Построение занятия танца
2. Представление о жанрах хореографического искусства
3. Историю возникновения и развития танца.

Учащиеся должны уметь:

1. Контролировать себя через ощущение (направление движения)
2. Согласовывать движения с музыкой
3. Формировать слушать музыку понимать настроение, её характер.
4. Точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал
5. Различать динамические изменения в музыке, создавать музыкально-двигательный образ.

Научиться внимательно слушать музыку.

Метапредметные

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны:*

-ориентироваться в содержании теоретических понятий предметной области и применять их в практической деятельности.

Личностные

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны:*

-владеть навыками актерской выразительности (передать некоторые художественные образы)

- ориентироваться в мире хореографического искусства.

Критерии и способы определения результативности

Уровень усвоения программы отслеживается по следующим критериям:

-навыки правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;

- выворотность, гибкость, растяжка;

- начальные знания терминологии;

- музыкально-ритмические навыки.

Формой промежуточной аттестации является: участие в школьных концертах, выступления в СДК

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Учебный план (1 год обучения)

№	МОДУЛИ	Количество учебных часов	Теоретических	Практических
1.	Ритмика	23ч.	6ч.	17ч.
2.	Элементы классического танца	20ч.	4ч.	16ч.
3.	Элементы народного танца	20ч.	10ч.	10ч.
4.	Детские танцы	21ч.	7ч.	14ч.
5.	В мире танцев	24ч.	5ч.	19ч.
	Итого	108ч.	32ч.	76ч.

Модуль « Ритмика».

Знакомство происходит в процессе занятия на музыкально-танцевальных упражнениях, музыкальных играх, танцевальных композициях, с характером музыки, темпом, ритмом, музыкальным размером.

Цель модуля: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Учебно-тематический план модуля« Ритмика»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Ритмика	23	6	17	
1.	Вводное занятие. Характер музыки, темп(подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке(форте, пиано).		2		Входящая диагностика
2.	Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.			2	Наблюдение, беседа
3.	Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.			2	
4.	Характер исполнения(легато, стакато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность.		1		Наблюдение, беседа
5.	Ходьба вперед и назад.			1	Наблюдение,

					беседа
6.	Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени			1	Наблюдение, беседа
7.	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.			1	Наблюдение, беседа
8.	Строение музыкальной речи(вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм(2-4,3-4,4-4)		1		Наблюдение, беседа
9.	Ходьба с движениями рук.			1	Наблюдение, беседа
10.	Бег. Бег на носках мелкими шагами.			1	Наблюдение, беседа
11.	Бег с хлопками.			1	Наблюдение, беседа
12.	Маршевая и танцевальная музыка.		1		Наблюдение, беседа
13.	Ходьба, подскоки, остановка.			2	Наблюдение, беседа
14.	Игровые этюды («Песенка крокодилы Гена», «Я-чайник»)		1		
15.	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед.			1	Наблюдение, беседа
16.	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.			2	
17.	Закрепление. Итоговое занятие			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Теория:

1. Характер музыки, темп (подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность
2. Строение музыкальной речи (вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм (2-4, 3-4, 4-4)
3. Маршевая и танцевальная музыка.
4. Игровые этюды («Песенка крокодилы Гена», «Я- чайник»)

Практика:

1. Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.
2. Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.
3. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени.
4. Ходьба вперед и назад.
5. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.
6. Ходьба с движениями рук.
7. Бег. Бег на носках мелкими шагами.
8. Бег с хлопками.
9. Ходьба, подскоки, остановка.
10. Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.
11. Закрепление.

Модуль « Элементы классического танца».

Цель модуля: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы классического танца	20	4	16	
1.	Вводное занятие.Позиции ног(1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...». Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.		2		Входящая диагностика
2.	Позиции рук(1,3,2)		2		Наблюдение, беседа
3.	Demi-plie. Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.			2	Наблюдение, беседа
4.	Battement tentu. Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами принимали правильную, отчётливую позицию.			2	Наблюдение, беседа
5.	Port de bras(первое).			2	Наблюдение, беседа
	Port de bras(второе).			2	Наблюдение, беседа
6.	Port de bras(третье). Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту			2	Наблюдение, беседа

	всему рисунку, а завершает его взгляд.				
7.	Releve.			2	Наблюдение, беседа
8.	Закрепление. Итоговое занятие.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Теория.

1. Позиции ног (1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...».

Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.

Тема 2. Позиции рук(1,3,2)

Практика:

Тема 3. Demi-plie.

Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.

Тема 4..Battement tenu.

Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами при нимали правильную, отчётливую позицию.

Тема 5. Port de bras(первое).

Тема 6.Port de bras(третье).

Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.

Тема 7. Releve.

Тема 8.Закрепление.

Модуль «Элементы народного танца»

Цель: Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

Обучающие:

- Освоить способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач.

Развивающие:

- Развивать интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров.
- Развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Воспитательные:

- Воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач;
- направления движения: основные и производные;
- позиции ног, рук, положения корпуса, головы, кисти

Учебно-тематический план модуля «Элементы народного танца»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы народного танца	20	10	10	
1.	Вводное занятие. Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)		1		Входящая диагностика
2.	Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)			1	Наблюдение, беседа
3.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)		1		Наблюдение, беседа
4.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)			1	Наблюдение, беседа
5.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.		2		Наблюдение, беседа
6.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке			2	Наблюдение, беседа
7.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.		1		Наблюдение, беседа
8.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.			1	Наблюдение, беседа
9.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.		1		Наблюдение, беседа
10.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.			1	Наблюдение, беседа

11.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.		2		Наблюдение, беседа
12.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.			2	Наблюдение, беседа
13.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.		1		Наблюдение, беседа
14.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх			1	Наблюдение, беседа
15.	Направления движения: основные и производные		1		Наблюдение, беседа
16.	Итоговое занятие. Направления движения: основные и производные. Итоговое занятие.			1	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)

Тема 2. Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)

Тема 3. Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.

Тема 4. Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.

Тема 5. Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.

Тема 6. Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.

Тема 7. Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.

Тема 8. Направления движения: основные и производные

Практика:

Занятия народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраиваются не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Новое движение разучивается лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. При составлении занятия необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся. Занятия включают 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими.

Важен практический показ каждого упражнения под музыку. Должен сохраняться единый темп занятия. Объяснения упражнения не должно быть продолжительным, так как затянувшаяся пауза между разучиваемыми движениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Слишком высокий темп проведения занятия, большое число повторений комбинаций также недопустимы, так как это может привести к

перезагрузкам тех или иных групп мышц, а порой- к их заболеванию. Для отдыха можно исполнить одно-два танцевальных движения на середине зала. Разнообразие материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставно-связочный аппарат-залог успешного проведения занятия и достижения главной цели.

1.Приседания: полуприседания

2.Приседания: полные приседания.

3.Закрепление.

Приседания вводят в работу коленные, голеностопные и тазобедренные суставы, укрепляют икроножные и ягодичные мышцы, мышцы бедра, пяточное сухожилие, суставы стопы, развивают мягкость, эластичность движений, силу ног. Музыкальный размер 3/4, 2/4, 4/4, 6/8.

Эти упражнения подготавливают учащихся к освоению прыжковых движений.

Модуль «Детские танцы»

Цель: познакомить учащихся с детской хореографией, дать представление о её многообразии,

Задачи:

Обучающие:

- изучить танцевальные движения детских танцев;

Развивающие:

- развить музыкальность,
- координацию,
- пространственную ориентацию,

Воспитательные:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям танцем;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- изученные детские танцы;

Обучающийся должен уметь:

- выполнять наиболее характерные рисунки танца;

Обучающийся должен приобрести навык:

Учебно-тематический план модуля «Детские танцы»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы детского танца	21	7	14	
1.	Вводное занятие. Круг, полукруг, два круга		1		Наблюдение, беседа
2.	Веселая зарядка: полька			2	Наблюдение, беседа

3.	Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга		2		Наблюдение, беседа
4.	Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.			2	Наблюдение, беседа
5.	Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны		2		Наблюдение, беседа
6.	Смени пару: полька			2	Наблюдение, беседа
7.	Круг в круге, корзиночка		1	2	Наблюдение, беседа
8.	Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей.			2	Наблюдение, беседа
9.	Воротца, карусель		1		Входящая диагностика
10.	Итоговое занятие. Закрепление.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие. Круг, полукруг, два круга

Тема 2. Веселая зарядка-полька

Тема 3. Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга

Тема 4. Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.

Тема 5. Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны

Тема 6. Смени пару: полька

Тема 7. Круг в круге, корзиночка.

Тема 8. Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей

Тема 9. Воротца, карусель.

Тема 10. Итоговое занятие.

Модуль «В мире танцев».

Цель: Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

Обучающие:

- освоить способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач.

Развивающие:

- развивать интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;

Воспитательные:

- воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач;
- детские танцы

Обучающийся должен уметь:

- выполнять наиболее характерные рисунки танца;

Обучающийся должен приобрести навык:

- отработанных позиции рук, ног, корпуса, головы в танце;

Учебно-тематический план модуля «В мире танцев»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы в мире танцев	24	5	19	
1.	Вводное занятие. Знакомство о истории возникновения хореографии.		2		Наблюдение, беседа
2.	Разучивание детских танцев.			4	Наблюдение, беседа
3.	Знакомство о истории возникновения хореографии.		1		
4.	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце			4	Наблюдение, беседа
6.	Отработка исполнительской техники.			4	Наблюдение, беседа
8.	Подготовка танцевальных костюмов.			4	Наблюдение, беседа
9.	Итоговое занятие. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.			3	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Теория: Знакомство с историей возникновения хореографии.

Тема 2. Разучивание детских танцев.

Тема 3. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце.

Тема 4. Отработка исполнительской техники.

Тема 5. Подготовка танцевальных костюмов.

Тема 6. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Учебный план (2 год обучения)

№	МОДУЛИ	Количество учебных часов	Теоретических	Практических
1.	Азбука музыкального движения.	23ч.	6ч.	17ч.
2.	Партерный экзерсис.	20ч.	4ч.	16ч.
3.	Элементы классического танца	20ч.	10ч.	10ч.
4.	Элементы народного танца	21ч.	7ч.	14ч.
5.	Элементы эстрадного танца	24ч.	5ч.	19ч.
	Итого	108ч.	32ч.	76ч.

Модуль «Азбука музыкального движения»

Цель: укрепление физического здоровья школьников по средствам хореографии, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

1. Научить выразительности и пластичности движений.
2. Развивать двигательную активность и координацию движений.
3. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новыетанцевальные движения и сюжеты.
4. Научить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
5. Развивать музыкальные способности (чувство ритма, эмоциональную отзывчивостьна музыку).
6. Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетическойценности.

Предметные:

1. Получат знания, умения и навыки в области хореографического искусства и смогутприменять их в практической деятельности.
2. Овладеют искусством исполнения классических и современных танцевальныхдвижений.
3. Смогут самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движенияи сюжеты.
4. Смогут двигаться активно, пластично, выразительно в характере образа и движений.

Учебно-тематический план модуля «Азбука музыкального движения»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	«Азбука музыкального движения»	23	6	17	

1.	«Из истории русской хореографии».		2		Входящая диагностика
2.	Музыкально-пространственные упражнения в темпе и ритме музыки. Маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево, по кругу и др.рисунках.			2	Наблюдение, беседа
3.	Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный). Ритм музыкального произведения.			2	
4.	Что такое танец кто такой хореограф		1		Наблюдение, беседа
5.	Ритмическая разминка на месте. Пространственные музыкальные упражнения и передвижения в различных рисунках в характере музыкального произведения.			1	Наблюдение, беседа
6.	Характер музыкального произведения: весёлая, грустная, тревожная. Передвижения в характере музыки.			1	Наблюдение, беседа
7.	Пространственные упражнения. Разминка в музыке различных характеров.			1	Наблюдение, беседа
8.	Знакомство с первыми русскими выдающимися хореографами. Развитие хореографии в России.		1		Наблюдение, беседа
9.	Танцевальные шаги и бег. Танцевальные шаги с носка, подъёмом ноги, согнутой в колене, на полупальцах, с продвижением, на месте и со сменой положения рук.			1	Наблюдение, беседа
10.	Танцевальный бег: лёгкий бег, с отбрасыванием ног назад, в стороны, вперёд и т.д.			1	Наблюдение, беседа
11.	Подскоки, галоп. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений			1	Наблюдение, беседа
12.	Музыкальные жанры: песня, танец, марш (рассказ, объяснение, сравнение музыки, просмотр видеоматериала, выполнение творческих заданий).		1		Наблюдение, беседа
13.	Точки класса. Постановка корпуса.			2	Наблюдение, беседа
14.	Музыкально- игровое занятие на тему «Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4».		1		
15.	Изучение позиций рук и ног. Хлопки.			1	Наблюдение, беседа
16.	Притопы. Прыжки (соте по 6 позиции и с поджатыми).			2	
17.	Постановочная работа над этюдом. Закрепление. Итоговое занятие			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Теория

1. «Из истории русской хореографии».
2. Что такое танец кто такой хореограф.
3. Знакомство с первыми русскими выдающимися хореографами.
4. Развитие хореографии в России.
5. Музыкальные жанры: песня, танец, марш (рассказ, объяснение, сравнение музыки, просмотр видеоматериала, выполнение творческих заданий).
6. Музыкально-игровое занятие на тему «Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4».

Практика

1. Музыкально-пространственные упражнения в темпе и ритме музыки.
2. Маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево, по кругу и др. рисунках. 1.2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный).
3. Ритм музыкального произведения.
4. Ритмическая разминка на месте.
5. Пространственные музыкальные упражнения и передвижения в различных рисунках в характере музыкального произведения.
6. Характер музыкального произведения: весёлая, грустная, тревожная.
7. Передвижения в характере музыки.
8. Пространственные упражнения.
9. Разминка в музыке различных характеров.
10. Танцевальные шаги и бег. Танцевальные шаги с носка, подъёмом ноги, согнутой в колене, на полупальцах, спродвижением, на месте и со сменой положения рук.
11. Танцевальный бег: лёгкий бег, с отбрасыванием ног назад, в стороны, вперёд и т.д. Подскоки, галоп.
12. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.
13. Точки класса. Постановка корпуса.
14. Изучение позиций рук и ног.
15. Хлопки.
16. Притопы. Прыжки (соте по бпозиции и с поджатыми).
17. Постановочная работа над этюдом.

Модуль «Партерный экзерсис»

Цель: укрепление физического здоровья школьников по средствам хореографии, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

7. Научить выразительности и пластичности движений.
8. Развивать двигательную активность и координацию движений.
9. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.
10. Научить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
11. Развивать музыкальные способности (чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку).
12. Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности.

Предметные:

5. Получат знания, умения и навыки в области хореографического искусства и смогут применять их в практической деятельности.
6. Овладеют искусством исполнения классических и современных

танцевальных движений.

7. Смогут самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

8. Смогут двигаться активно, пластично, выразительно в характере образа и движений.

Учебно-тематический план модуля «Партерный экзерсис»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Партерный экзерсис	20	4	16	
1.	Растяжка. Её значение для танцора		2		Входящая диагностика
2.	Урок-игра: «Подбери упражнения для укрепления мышц связок».		2		Наблюдение, беседа
3.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.			2	Наблюдение, беседа
4.	Упражнения для развития подвижности в тазобедренном суставе: «Бабочка», «Лягушка» и т.д.			2	Наблюдение, беседа
5.	Упражнения для развития танцевального шага.			2	Наблюдение, беседа
6.	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса. 1.1. Путём прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели», «Кораблик», «Кузнечик». 1.2. Путём наклона вперёд: «Книжка», «Страус» и др.			2	Наблюдение, беседа
7.	Упражнения для развития прыжка. Постановка образного пластического этюда.			2	Наблюдение, беседа
8.	Силовой экзерсис.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Теория:

1. «Растяжка. Её значение для танцора». Урок-игра:
2. «Подбери упражнения для укрепления мышц связок».

Практика:

1. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

2. Упражнения для развития подвижности втазобедренном суставе: «Бабочка»,
3. «Лягушка» и т.д.
4. Упражнения для развития танцевального шага.
5. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса. 1.1. Путём прогиба назад: «Змея», «Кошечка»,
6. «Качели», «Кораблик», «Кузнечик». 1.2.Путём наклона вперёд: «Книжка»,
7. «Страус» и др.
8. Упражнения для развития прыжка. 6.Постановка образного пластического этюда.
9. 7.Силовой экзерсис.

Примечание!

При работе с упражнениями большое внимание уделяется изучению мышц и связок тела, а так же, какое движение способствует укреплению тех или иных мышц и связок.

Модуль « Элементы классического танца».

Цель модуля: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы классического танца	20	4	16	
1.	Вводное занятие.Позиции ног(1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...». Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.		2		Входящая диагностика
2.	Позиции рук(1,3,2)		2		Наблюдение, беседа
3.	Demi-plie. Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.			2	Наблюдение, беседа
4.	Battement tenu. Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами принимали правильную, отчётливую позицию.			2	Наблюдение, беседа
5.	Port de bras(первое).			2	Наблюдение, беседа
	Port de bras(второе).			2	Наблюдение, беседа

6.	Port de bras(третье). Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.			2	Наблюдение, беседа
7.	Releve.			2	Наблюдение, беседа
8.	Закрепление. Итоговое занятие.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Теория.

1. Позиции ног (1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...».

Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.

Тема 2.Позиции рук(1,3,2)

Практика:

Тема 3. Demi-plie.

Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.

Тема 4..Battement tentu.

Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами при нимали правильную, отчётливую позицию.

Тема 5. Port de bras(первое).

Тема 6.Port de bras(третье).

Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.

Тема 7. Releve.

Тема 8.Закрепление.

Модуль «Элементы народного танца»

Цель: Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

Обучающие:

- Освоить способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач.

Развивающие:

- Развивать интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров.
- Развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Воспитательные:

- Воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач;
- направления движения: основные и производные;

позиции ног, рук, положения корпуса, головы, кисти Учебно-тематический план модуля «Элементы народного танца»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы народного танца	20	10	10	
1.	Вводное занятие. Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)		1		Входящая диагностика
2.	Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)			1	Наблюдение, беседа
3.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)		1		Наблюдение, беседа
4.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)			1	Наблюдение, беседа
5.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.		2		Наблюдение, беседа
6.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке			2	Наблюдение, беседа
7.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.		1		Наблюдение, беседа
8.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.			1	Наблюдение, беседа

9.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.		1		Наблюдение, беседа
10.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.			1	Наблюдение, беседа
11.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.		2		Наблюдение, беседа
12.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.			2	Наблюдение, беседа
13.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.		1		Наблюдение, беседа
14.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх			1	Наблюдение, беседа
15.	Направления движения: основные и производные		1		Наблюдение, беседа
16.	Итоговое занятие. Направления движения: основные и производные. Итоговое занятие.			1	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)

Тема 2. Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)

Тема 3. Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.

Тема 4. Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.

Тема 5. Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.

Тема 6. Положения головы: голова прямо, повернута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.

Тема 7. Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.

Тема 8. Направления движения: основные и производные

Практика:

Занятия народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраиваются не сразу.

Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации.

Новое движение разучивается лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги.

При составлении занятия необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся.

Занятия включают 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими.

Важен практический показ каждого упражнения под музыку. Должен сохраняться единый темп занятия. Объяснения упражнения не должно быть продолжительным, так как затянувшаяся пауза между разучиваемыми движениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Слишком высокий темп проведения занятия, большое число повторений комбинаций также недопустимы, так как это может привести к перезагрузкам тех или иных групп мышц, а порой- к их заболеванию. Для отдыха можно исполнить одно-два танцевальных движения на середине зала. Разнообразие материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставно-связочный аппарат-залог успешного проведения занятия и достижения главной цели.

2.Приседания: полуприседания

2.Приседания: полные приседания.

3.Закрепление.

Приседания вводят в работу коленные, голеностопные и тазобедренные суставы, укрепляют икроножные и ягодичные мышцы, мышцы бедра, пяточное сухожилие, суставы стопы, развивают мягкость, эластичность движений, силу ног. Музыкальный размер 3/4, 2/4, 4/4, 6/8.

Эти упражнения подготавливают учащихся к освоению прыжковых движений.

Модуль «Элементы эстрадноготанца»

Цель: укрепление физического здоровья школьников по средствам хореографии, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

13. Научить выразительности и пластичности движений.

14. Развивать двигательную активность и координацию движений.

15. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новыетанцевальные движения и сюжеты.

16. Научить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.

17. Развивать музыкальные способности (чувство ритма, эмоциональную

отзывчивостьна музыку).

18. Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетическойценности.

Предметные:

9. Получат знания, умения и навыки в области хореографического искусства и смогутприменять их в практической деятельности.

10. Овладеют искусством исполнения классических и современных танцевальныхдвижений.

11. Смогут самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движенияи сюжеты.

12. Смогут двигаться активно, пластично, выразительно в характере образа и движений.

Учебно-тематический план модуля «Элементы эстрадного танца»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы эстрадного танца	24	5	19	
1.	Истоки и история развития эстрадного танца.		2		Наблюдение, беседа
2.	Характерные движения Hip-hop направления.			4	Наблюдение, беседа
3.	История развития эстрадного танца. Знакомство с танцевальными направлениями		3		
4.	Основные пространственные перемещения джазового танца.			4	Наблюдение, беседа
6.	Contemporaries. Партерные связки.			4	Наблюдение, беседа
8.	Соединение трёх направлений в единую эстрадную комбинацию			4	Наблюдение, беседа
9.	Итоговое занятие. Понятие о макияже.			3	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Теория:

1. Истоки и история развития эстрадного танца. История развития эстрадного танца.
2. Знакомство с танцевальными направлениями.

Практика:

1. Характерные движения Hip-hop направления.
2. Основные пространственные перемещения джазового танца.
3. Contemporaries. Партерные связки.
4. Соединение трёх направлений в единую эстрадную комбинацию.

Учебный план (3 год обучения)

№	МОДУЛИ	Количество учебных часов	Теоретических	Практических
1.	Ритмика	23ч.	6ч.	17ч.
2.	Элементы классического танца	20ч.	4ч.	16ч.
3.	Элементы народного танца	20ч.	10ч.	10ч.
4.	Детские танцы	21ч.	7ч.	14ч.
5.	Современный танец	24ч.	5ч.	19ч.
	Итого	108ч.	32ч.	76ч.

Модуль « Ритмика».

Знакомство происходит в процессе занятия на музыкально-танцевальных упражнениях, музыкальных играх, танцевальных композициях, с характером музыки, темпом, ритмом, музыкальным размером.

Цель модуля: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Учебно-тематический план модуля« Ритмика»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Ритмика	23	6	17	
1.	Вводное занятие. Характер музыки, темп(подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке(форте, пиано).		2		Входящая диагностика
2.	Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.			2	Наблюдение, беседа
3.	Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.			2	
4.	Характер исполнения(легато, стакато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность.		1		Наблюдение, беседа
5.	Ходьба вперед и назад.			1	Наблюдение,

					беседа
6.	Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени			1	Наблюдение, беседа
7.	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.			1	Наблюдение, беседа
8.	Строение музыкальной речи(вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм(2-4,3-4,4-4)		1		Наблюдение, беседа
9.	Ходьба с движениями рук.			1	Наблюдение, беседа
10.	Бег. Бег на носках мелкими шагами.			1	Наблюдение, беседа
11.	Бег с хлопками.			1	Наблюдение, беседа
12.	Маршевая и танцевальная музыка.		1		Наблюдение, беседа
13.	Ходьба, подскоки, остановка.			2	Наблюдение, беседа
14.	Игровые этюды(«Песенка крокодилы Гена», «Я-чайник»)		1		
15.	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед.			1	Наблюдение, беседа
16.	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.			2	
17.	Закрепление. Итоговое занятие			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Теория:

5. Характер музыки, темп (подскоки, галоп, разные виды бега), ритм, динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность
6. Строение музыкальной речи (вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм (2-4, 3-4, 4-4)
7. Маршевая и танцевальная музыка.
8. Игровые этюды («Песенка крокодилы Гена», «Я- чайник»)

Практика:

11. Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.
12. Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.
13. Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени.
14. Ходьба вперед и назад.
15. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.
16. Ходьба с движениями рук.
17. Бег. Бег на носках мелкими шагами.
18. Бег с хлопками.
19. Ходьба, подскоки, остановка.
20. Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.
- 11 Закрепление.

Модуль « Элементы классического танца».

Цель модуля: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, а также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп

Учебно-тематический план модуля

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы классического танца	20	4	16	
1.	Вводное занятие.Позиции ног(1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...». Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.		2		Входящая диагностика
2.	Позиции рук(1,3,2)		2		Наблюдение, беседа
3.	Demi-plie. Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.			2	Наблюдение, беседа
4.	Battement tenu. Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами принимали правильную, отчётливую позицию.			2	Наблюдение, беседа
5.	Port de bras(первое).			2	Наблюдение, беседа
	Port de bras(второе).			2	Наблюдение, беседа
6.	Port de bras(третье). Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту			2	Наблюдение, беседа

	всему рисунку, а завершает его взгляд.				
7.	Releve.			2	Наблюдение, беседа
8.	Закрепление. Итоговое занятие.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Теория.

1. Позиции ног (1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...».

Эту игру можно также использовать при заучивании позиции рук.

Тема 2. Позиции рук(1,3,2)

Практика:

Тема 3. Demi-plie.

Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.

Тема 4..Battement tenu.

Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами при нимали правильную, отчётливую позицию.

Тема 5. Port de bras(первое).

Тема 6. Port de bras(третье).

Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.

Тема 7. Releve.

Тема 8. Закрепление.

Модуль «Элементы народного танца»

Цель: Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

Обучающие:

- Освоить способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач.

Развивающие:

- Развивать интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров.
- Развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Воспитательные:

- Воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач;
- направления движения: основные и производные;
- позиции ног, рук, положения корпуса, головы, кисти

Учебно-тематический план модуля «Элементы народного танца»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы народного танца	20	10	10	
1.	Вводное занятие. Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)		1		Входящая диагностика
2.	Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)			1	Наблюдение, беседа
3.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)		1		Наблюдение, беседа
4.	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)			1	Наблюдение, беседа
5.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.		2		Наблюдение, беседа
6.	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке			2	Наблюдение, беседа
7.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.		1		Наблюдение, беседа
8.	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.			1	Наблюдение, беседа
9.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.		1		Наблюдение, беседа
10.	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.			1	Наблюдение, беседа

11.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.		2		Наблюдение, беседа
12.	Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.			2	Наблюдение, беседа
13.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.		1		Наблюдение, беседа
14.	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх			1	Наблюдение, беседа
15.	Направления движения: основные и производные		1		Наблюдение, беседа
16.	Итоговое занятие. Направления движения: основные и производные. Итоговое занятие.			1	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1.

Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)

Тема 2. Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)

Тема 3. Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.

Тема 4. Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.

Тема 5. Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.

Тема 6. Положения головы: голова прямо, повёрнута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.

Тема 7. Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.

Тема 8. Направления движения: основные и производные

Практика:

Занятия народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраиваются не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Новое движение разучивается лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. При составлении занятия необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в классе и многое другое, что может повлиять на состояние учащихся. Занятия включают 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими.

Важен практический показ каждого упражнения под музыку. Должен сохраняться единый темп занятия. Объяснения упражнения не должно быть продолжительным, так как затянувшаяся пауза между разучиваемыми движениями приводит к переохлаждению физического аппарата исполнителей. Слишком высокий темп проведения занятия, большое число повторений комбинаций также недопустимы, так как это может привести к

перезагрузкам тех или иных групп мышц, а порой- к их заболеванию. Для отдыха можно исполнить одно-два танцевальных движения на середине зала. Разнообразие материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставно-связочный аппарат-залог успешного проведения занятия и достижения главной цели.

3.Приседания: полуприседания

2.Приседания: полные приседания.

3.Закрепление.

Приседания вводят в работу коленные, голеностопные и тазобедренные суставы, укрепляют икроножные и ягодичные мышцы, мышцы бедра, пяточное сухожилие, суставы стопы, развивают мягкость, эластичность движений, силу ног. Музыкальный размер 3/4, 2/4, 4/4, 6/8.

Эти упражнения подготавливают учащихся к освоению прыжковых движений.

Модуль «Детские танцы»

Цель: познакомить учащихся с детской хореографией, дать представление о её многообразии,

Задачи:

Обучающие:

- изучить танцевальные движения детских танцев;

Развивающие:

- развить музыкальность,
- координацию,
- пространственную ориентацию,

Воспитательные:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям танцем;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- изученные детские танцы;

Обучающийся должен уметь:

- выполнять наиболее характерные рисунки танца;

Обучающийся должен приобрести навык:

Учебно-тематический план модуля «Детские танцы»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Элементы детского танца	21	7	14	
1.	Вводное занятие. Круг, полукруг, два круга		1		Наблюдение, беседа
2.	Веселая зарядка: полька			2	Наблюдение, беседа

3.	Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга		2		Наблюдение, беседа
4.	Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.			2	Наблюдение, беседа
5.	Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны		2		Наблюдение, беседа
6.	Смени пару: полька			2	Наблюдение, беседа
7.	Круг в круге, корзиночка		1	2	Наблюдение, беседа
8.	Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей.			2	Наблюдение, беседа
9.	Воротца, карусель		1		Входящая диагностика
10.	Итоговое занятие. Закрепление.			2	Наблюдение, беседа

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие. Круг, полукруг, два круга

Тема 2. Веселая зарядка-полька

Тема 3. Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга

Тема 4. Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.

Тема 5. Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны

Тема 6. Смени пару: полька

Тема 7. Круг в круге, корзиночка.

Тема 8. Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей

Тема 9. Воротца, карусель.

Тема 10. Итоговое занятие.

Модуль «Современный танец».

Цель: Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

Обучающие:

- освоить способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач.

Развивающие:

- развивать интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;

Воспитательные:

- воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- способы и приёмы, технологии творческого решения художественных задач;
- детские танцы

Обучающийся должен уметь:

- выполнять наиболее характерные рисунки танца;

Обучающийся должен приобрести навык:

- отработанных позиции рук, ног, корпуса, головы в танце;

Учебно-тематический план модуля «В мире танцев»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Современный танец	24	5	19	
1.	Запись терминологии.		2		Наблюдение, беседа
2.	«Разогрев» Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (устанка, на середине, в партере.); Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.			4	Наблюдение, беседа
3.	Тест по терминологии современного танца		1		
4.	Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса; Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений. Изоляция. Комплексы изоляций.			4	Наблюдение, беседа
6.	Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров.			4	Наблюдение, беседа
8.	Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединения и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги			4	Наблюдение, беседа

	и круги одним бедром.				
9.	Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release). Координация. Бицентриа: движение двух центров в параллель и оппозицию. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.			3	Наблюдение, беседа

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Важным условием выполнения программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;

музыкальная аппаратура, аудиозаписи;

- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Методическое обеспечение

Формы проведения занятий:

- учебное занятие;
- беседа;
- игра;
- музыкальное соревнование;
- занятие-праздник;
- концерт;
- конкурс;
- фестиваль.

Методы, используемые при работе:

- метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды;
- метод расклада, обуславливающийся следующими задачами:
 - проработка и закрепление пройденного программного материала;
 - раскрытие индивидуальности кружковца через творческое самовыражение;
 - воспитание художественного вкуса;
 - создание хореографических композиций;
 - выявление и развитие способностей среди участников самодеятельного ансамбля, развитие техничности.
- метод повторения;
- метод коллективного творчества;
- метод объяснения;

- метод ускорения замедления;
- метод заучивания;
- метод «одного па»;
- метод многократного повторения всевозможных движений.

Метод работы по данной программе предполагает:

- Поэтапное, вариативное обучение детей.
- Присутствие игрового момента на первоначальном этапе обучения.
- Поиск интересного музыкального материала.
- Творческий подход к работе.

Освоение элементов программы происходит постепенно и от опыта и интуиции педагога зависит, когда и насколько усложнить движение. Необходимо выбирать оптимальный режим усложнения, опираясь на индивидуальные и возрастные особенности учащихся.

В целях создания положительной мотивации необходимо использовать игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

В процессе освоения программы необходимо использовать следующие **методы** разучивания танцевальных движений:

- метод разучивания по частям (движение делится на простые части и каждая часть разучивается отдельно);
- целостный метод разучивания (заключается в разучивании движения целиком, в замедленном темпе);
- метод временного упрощения движения (сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде, затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме).

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические **принципы**:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Методы применяемые для реализации программы в работе с учащимися

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Среди основных задач педагога можно выделить:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), изучение танцевальных элементов;
- развитие ритmicности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы – игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

Хореографическая тренировка (экзерсис) – это достаточно длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся музыкально – двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка.

Педагогической психологией введен основной закон усвоения материала: воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат.

В этой связи предлагается следующая формула: от ощущений к чувствам; от них к привычке. Следовательно, формулу необходимо применить в такой последовательности:

- воспринимаемая - ощущай
- осмысливая - чувствуй
- запоминая - действуй, пробуй

проверяя результат - показывай другому

Образованию пластического стереотипа каждого двигательного навыка способствуют условные раздражители. Они могут быть разнообразными: словесно-речевые объяснения и замечания учителя; профессиональный показ телодвижений учителем – зрительное созерцание и осмысление; наблюдение за собой в зеркальном отражении.

Принципиальный подход к усвоению танцевальных движений таков: движение, исполненное многократно, становится простым и доступным.

Умение – это первая ступень овладения действием, при котором оно выполняется, но относительно медленно, неэкономично, с весьма большим количеством ошибок и поправок и при непрерывном контроле сознания. Навык – это уже более совершенная форма владения действием.

Условно различают три стадии в образовании динамического стереотипа любого двигательного навыка.

Каждый новый элемент, усложняющий уже заученное движение, развивает ловкость как способность переключаться с одного движения на другое, изменять направление или рисунок. Это научит детей ощущать свои движения в соответствии с темпераментом музыки.

Согласованность движений в хореографии можно разделить на простые и сложные координации. Простые координации – это одновременные и однонаправленные движения рук и ног. Сложные координации – это одновременные разнонаправленные

движения.

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА

В начале учебного года в качестве *вводного контроля* проводится *анкетирование* с целью получения первоначальной информации о воспитаннике, выявления его способностей, интересов и наклонностей

Промежуточный контроль проводится по окончании обучения каждого модуля.

Итоговый контроль осуществляется в форме *анкетирования*.

Цель - проверка знаний, умений и навыков полученных в течение учебного года.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии». Айрис пресс «Рольф» Москва 1999.
2. А.Я. Ваганова «Основы классического танца». Санкт-Петербург 2002.
3. Г. Я. Власенко «Танцы народов Поволжья». Издательство «Самарский университет» 1992.
4. Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца» ГИЦ «Владос» Москва 2002.
5. М.Я. Жорницкая «Танцы народов севера». Москва «Советская Россия» 1988.
6. С.И. Мерзлякова «Фольклор – музыка – театр» ГИЦ «Владос» Москва 1999.
7. Обухова Л.Ф. Детская психология. – М.: Тривола, 2005
8. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать»
9. Пидкасистый П.И. Педагогика. – М.: Владос, 2008
Гуманитарный издательский центр «Владос» Москва 2003.
10. «Танцуем, играем и поем». Молодежная эстрада 1-2000.
11. «Учимся танцевать» шаг за шагом. «Попурри» Минск 2002.

Календарно-тематический план

12. 13. анятия	Тема	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности труда. Правила пожарной безопасности. Правила дорожного движения. Знакомство с программой.	2	
2	Поклон. Ходьба. Ходьба под музыку.	2	
3	Ходьба с координацией рук и ног. Ходьба с остановкой.	2	
4	Характер исполнения(легато, стакато), длительность звука, такт, фраза, предложение, эмоциональная выразительность.	1	
5	Ходьба вперед и назад.	1	
6	Ходьба с приставным шагом. Ходьба на пятках и на носках, не сгибая колени	1	
7	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.	1	
8	Строение музыкальной речи(вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы), метроритм(2-4,3-4,4-4)	1	
9	Ходьба с движениями рук.	1	
10	Бег. Бег на носках мелкими шагами.	1	
11	Бег с хлопками.	1	
12	Маршевая и танцевальная музыка.	1	
13	Ходьба, подскоки, остановка.	2	
14	Игровые этюды(«Песенка крокодила Гена», «Я-чайник»)	1	
15	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед.	1	
16	Подскоки переменным шагом с продвижением вперед. Упражнения на подскоки.	2	
17	Закрепление. Итоговое занятие	2	
18	Позиции ног(1,2,3). Для заучивания и закрепления позиций ног можно использовать игру «Ножки, ножки...». Эту игру можно также использовать при	2	

	заучивании позиции рук.		
19	Позиции рук(1,3,2)	2	
20	Demi-plie. Это упражнение заставляет сдерживать мускулы, приседая, не выпячивать ягодицы, вся фигура более сконцентрирована.	2	
21	Battement tentu. Это упражнение вырабатывает надёжную и прочную выворотность, чтобы впоследствии, в прыжках, ноги сами при нимали правильную, отчётливую позицию.	2	
22	Port de bras(первое).	2	
23	Port de bras(второе).	2	
24	Port de bras(третье). Это упражнение лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождения своего места для рук завершает художественный облик и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд.	2	
25	Releve.	2	
26	Закрепление.	2	
27	Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)	1	
28	Позиции ног: пять открытых(1,2,3,4,5); пять прямых(1,2,3,4,5): пять свободных и две закрытые(1,2)	1	
29	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)	1	
30	Позиции рук(1,2,3,4,5,6,7)	1	
31	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.	2	

32	Положения ноги: нога вытянута, нога присогнута, подъем вытянут, подъем сокращен, положение скошенного подъема, нога на ребре стопы, нога на ребре каблука, низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке	2	
33	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.	1	
34	Положения рук: подготовительное, 1 и 2 положение.	1	
35	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.	1	
36	Положения корпуса: корпус ровный, вперед, назад, в сторону.	1	
37	Положения головы: голова прямо, повернута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.	2	
38	Положения головы: голова прямо, повернута(вправо, влево), наклонена(вперед, направо или налево), назад.	2	
39	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх.	1	
40	Положения кисти: кисть ладонью вниз, вверх, кисть опущена вниз, кисть поднята вверх	1	
41	Направления движения: основные и производные	1	
42	Направления движения: основные и производные	1	
43	Круг, полукруг, два круга	1	
44	Веселая зарядка: полька	2	
45	Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга	2	
46	Приглашение: композиция танца состоит из двух фигур. Первая фигура исполняется в медленном темпе, вторая- в быстром.	2	
47	Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны	2	
48	Смени пару: полька	2	

49	Круг в круге, корзиночка	1	
50	Круг в круге, корзиночка	2	
51	Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей.	2	
52	Воротца, карусель	1	
53	Лошадки: в основе игрового, образного танца- имитация движений запряженных в тройку лошадей.	2	
54	Закрепление.	2	
55	Знакомство о истории возникновения хореографии.	2	
56	Разучивание детских танцев.	4	
57	Знакомство о истории возникновения хореографии.	1	
58	Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце	4	
59	Знакомство о истории возникновения хореографии.	1	
60	Отработка исполнительской техники.	4	
61	Знакомство о истории возникновения хореографии.	1	
62	Подготовка танцевальных костюмов.	4	
63	Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.	3	