

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА» Г. СВЕТОГОРСК

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
МБОУ ДО «ДюЦт» г. Светогорск
Протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУ ДО «ДюЦт» г. Светогорск
№ 34 от 02.09.2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Импульс»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 7E3D2CEE5010EF2954EB0CAAFFA8E8FE
Владелец: Куклина Светлана Владимировна
Действителен: с 22.02.2024 до 17.05.2025

Автор: педагог дополнительного образования Евдокимова Татьяна Николаевна
Срок реализации программы: 4 года

г. Светогорск
2024 г.

Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Импульс» является важной ступенью обучения основам хореографии. В программу включена партерная гимнастика, которая помогает развивать хореографические данные ребенка, подготовка к полу-акробатическим элементам, гимнастические прыжки на скакалке и блок творческого развития, всё это формирует современную хореографическую базу, необходимую современному ребенку-танцору.

Направленность программы: художественная.

Актуальность программы вызвана повышенной потребностью современных детей в двигательной активности и творческом самовыражении. Большую часть времени они проводят за уроками и работой на компьютере, что не позволяет их растущему организму получать физическую нагрузку в нужном объеме. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус ребенка. Занятия хореографией вырабатывают в детях стремление к познанию прекрасного мира танца, что позволяет раскрывать творческие способности детей: техничное исполнение хореографического материала, артистичное исполнение концертных номеров, создание собственных номеров – импровизаций. Занятия хореографией объединяет детей, формирует навыки общения в коллективе, воспитывают доброжелательность, чувство взаимопомощи, прививают манеры поведения в обществе, закладывают основы этикета.

Педагогическая целесообразность: Дополнительная образовательная программа хореографического детского объединения «Импульс» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей 7 – 11 лет, ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности. Занятия в хореографическом объединении «Импульс» способствуют гармоничному развитию детей, учат их красоте и выразительности движений, формируют их фигуру, развивают физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Дополнительная общеразвивающая программа «Импульс» *художественной направленности* разработана на основе:

- - Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273 - ФЗ № 273;
- - Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20»;
- - Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 марта 2022 года № 678-р);
- - Паспорта федерального проекта «Успех каждого ребенка», Приложения к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года №3;
- - Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- - Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- - Письма Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 01 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».
- - Устава МБОУ ДО «ДюЦт» г. Светогорск.

Цель программы: выявление и раскрытие природных задатков и творческих способностей детей посредством хореографического искусства, развитие их танцевальных и музыкальных способностей.

Задачи:

1. Обучающие:

- Научить понимать и использовать терминологию танца, знать правила исполнения движений;
- Научить правильному исполнению упражнений в партере и на середине зала.
- Формировать и укреплять специальные физические данные ребенка: гибкость, шаг, выворотность, вытянутость и силу ног, растяжку, развитие мышц, связок, подвижности суставов, развитие "подъема", прыжка, укреплять костно-мышечный аппарат, вырабатывать умение держать хорошую осанку.
- Формировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве.

2. Развивающие:

- Развивать музыкальный слух и чувство ритма.
- Развивать психические процессы (внимание, память, мышление).
- Способствовать совершенствованию творческих способностей учащихся: вырабатывать выразительность исполнения танца, развивать образное мышление и желание импровизировать;

3. Воспитывающие задачи:

- Воспитывать сценическую культуру и культуру поведения, общения.
- Прививать необходимые для занятий волевые качества: упорство, выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие и настойчивость в достижении поставленных целей;
- Воспитывать дисциплину.
- Способствовать развитию у детей активности и самостоятельности.

Универсальные учебные действия	Планируемые результаты	Задачи программы
<p>Личностные: 1. Проявление интереса к хореографическому искусству 2. Серьезность и ответственность в работе</p>	<p>Личностные: 1. Предполагается воспитать стремление к саморазвитию и к самовыражению, к активной концертной деятельности. 2. Проявлять такие личностные качества как: упорство, выносливость, концентрация внимания, трудолюбие и</p>	<p>Воспитательные: 1. Воспитывать сценическую культуру и культуру поведения, общения. 2. Прививать необходимые для занятий волевые качества: упорство, выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие и настойчивость в достижении поставленных целей; 3. Воспитывать дисциплину. 4. Способствовать развитию у детей активности и самостоятельности.</p>

		настойчивость в достижении поставленных целей.	
Регулятивные: 1. Качество выполнения практических заданий 2. Сформированность компетенции: применение теоретических знаний в практической деятельности		Метапредметные: Способность к планированию своей деятельности. Способность к прогнозированию и оценке результата своей деятельности.	Развивающие: 1. Развивать музыкальный слух и чувство ритма. 2. Развивать психические процессы (внимание, память, мышление). 3. Способствовать совершенствованию творческих способностей учащихся: вырабатывать выразительность исполнения танца, развивать образное мышление и желание импровизировать;
Познавательные: 1. Восприятие теоретической информации.			1. Развивать интерес к занятиям, самостоятельность в работе. Развивать навыки сценических выступлений.
Коммуникативные: 1. Культура поведения и общения. 2. Способность взаимодействовать, к рефлексии.		Предполагается воспитать навыки сценических выступлений.	
		Предметные: 1. Преемственность всех ступеней образовательного процесса. 2. Самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.	Обучающие: 1. Научить понимать и использовать терминологию танца, знать правила исполнения движений; 2. Научить правильному исполнению упражнений в партере и на середине зала. 3. Формировать и укреплять специальные физические данные ребенка: гибкость, шаг, выворотность, вытянутость и силу ног, растяжку, развитие мышц, связок, подвижности суставов, развитие "подъема", прыжка, укреплять костно-мышечный аппарат, вырабатывать умение держать хорошую осанку. 4. Формировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве.

Отличительной особенностью данной образовательной программы является ее доступность. Она подходит для всех детей: даже для тех, кто не обладает физическими природными данными, необходимыми для занятий хореографией – выворотность ног, высокий прыжок, музыкальность, гибкость.

Уровень освоения программы: базовый.

Условия реализации программы:

Данная программа предназначена для детей 7 – 11 лет, рассчитана на 216 часов в год, на 4 учебных года.

1. Информационные ресурсы:

- методические пособия;
- видеоматериалы;

2. Материально – техническое обеспечение:

- хореографический кабинет;
- зеркала;
- музыкальный инструмент (баян, фортепиано);
- музыкальный центр и информационные носители (USB флешки и т. п.);
- репетиционная одежда и обувь;
- сценические костюмы.

3. Кадровое обеспечение:

- концертмейстер;
- педагог дополнительного образования.

4. Медицинское обеспечение:

- наличие справки о состоянии здоровья.

Форма обучения: очная.

Организация и проведение занятий: групповые практические занятия по два академических часа три раза в неделю. Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической работе.

Возраст обучающихся:

Группы комплектуются по следующим возрастным категориям:

7-8 лет – 1й год обучения

8-9 лет – 2й год обучения

9-10 лет – 3й год обучения

10-11 лет – 4й год обучения

Особенности реализации программы:

Для занятий в хореографическое объединение принимаются учащиеся прошедшие подготовительный курс по программе «Импульс» и все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Все дети группы, мальчики и девочки, занимаются вместе, одновременно, благодаря чему, повышается плотность занятия и физиологическая нагрузка. Дети приходят на занятия в специальной форме и обуви, что дисциплинирует их. Для девочек это – гимнастический купальник, черные лосины; для мальчиков – черные шорты/штаны и белая футболка, на ногах у всех – мягкие балетки/чешки.

Конечный результат программы - публичные выступления детей: концерты, показ номеров на различных мероприятиях, выступления на конкурсах. По окончании учебного года проводится открытое итоговое занятие для родителей.

Форма проведения и режим занятий: аудиторная.

Условия приема:

- заявление
- согласие на обработку персональных данных
- ксерокопия свидетельства о рождении
- справка от педиатра о том, что ребенок здоров

Ожидаемые результаты.

Предметные результаты:

- изучить основные термины в хореографии;
- изучить методику исполнения элементов хореографии;

- развить физические данные обучающихся;
- овладеть простейшими элементами экзерсиса;
- развить творческий потенциал;
- изучить методику исполнения элементов гимнастики;
- ознакомиться с методикой исполнения элементов малой акробатики;
- сформировать устойчивый интерес к хореографическому искусству.

Личностные результаты:

- научиться планировать, анализировать свою деятельность и вносить в нее коррективы;
- развить волевые качества личности: целеустремленность, трудолюбие, упорство, усердие;
- развить эстетический вкус и культуру поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности;
- получить знания о здоровом образе жизни;
- сформировать личностные качества, необходимые для взаимодействия в творческом коллективе – самодисциплину, выносливость, чувство товарищества;
- сформировать мотивацию к учебной деятельности.

Метапредметные результаты:

- развить умение ставить перед собой цели и определять задачи;
- развить умение контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- научиться соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- научиться выполнять задания после показа и по словесной инструкции педагога;
- развить умение грамотно использовать полученные знания, овладеть пластикой тела.

Раздел I. Ритмика.

В конце 1-го года обучения обучающийся будет:

- иметь навык самостоятельности;
- уметь взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- уметь находить ошибки при выполнении учебных заданий и находить способы их исправления;
- уметь технически правильно выполнить движения;
- иметь интерес к ритмике и танцу;
- уметь правильно двигаться в такт музыке, сохраняя правильную осанку, легкий шаг с носка;
- уметь выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами и характером музыки;
- уметь слушать музыку, понимать её характер и настроение;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь перестраиваться из одного рисунка танца в другой;
- уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять базовые движения в определенном ритме и темпе;
- уметь технически правильно выполнять движения.

В конце 2-го года обучения обучающийся будет:

- уметь сотрудничать с учителем и сверстниками;
- иметь навык самостоятельности, культуры общения, дисциплины;
- уметь активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- уметь проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство на уроке;
- уметь находить ошибки при выполнении учебных заданий и находить способы их исправления;

- уметь технически правильно выполнять движения;
- иметь устойчивый интерес к ритмике и танцу;
- уметь ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;
- уметь передавать характер музыкального произведения в движении;
- уметь слушать музыку, понимать её характер и настроение;
- уметь выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами и характером музыки;
- уметь танцевать в паре и чувствовать партнера;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- владеть основами импровизации.

В конце 3-го года обучения обучающийся будет:

- уметь проявлять настойчивость и целеустремленность в учебном процессе;
- иметь навык выразительного исполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда;
- владеть комплексами упражнений, ориентированными на укрепление мышечного корсета;
- владеть навыками воспроизведения разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши и притопов ног в сочетании с простыми танцевальными движениями;
- уметь выразительно исполнять движения в соответствии с образом и характером;
- уметь выполнять различные прыжковые комплексы со скакалкой.

В конце 4-го года обучения обучающийся будет:

- уметь выполнять элементы партерного экзерсиса;
- знать музыкальные термины, определяющие характер музыки;
- знать методику исполнения высоких прыжков.
- иметь устойчивую дисциплинированность;
- иметь крепкий мышечный корсет и уметь грамотно держать осанку;
- владеть профессиональной терминологией;
- уметь сочинять комбинации из базовых элементов;
- владеть большим объемом базовых движений в хореографии и обладать навыком координации;
- уметь работать в паре;
- владеть пластикой тела.

Раздел II. Балетная гимнастика.

В конце 1-го года обучения обучающийся будет:

- иметь навыки владения различными упражнениями на развитие физических данных;
- знать основы техники безопасности на учебных занятиях;
- проявлять интерес к занятиям по гимнастике;
- иметь навык постановки корпуса, ног, рук и головы;
- иметь способность к коллективной творческой деятельности.

В конце 2-го года обучения обучающийся будет:

- уметь сотрудничать с учителем и сверстниками;
- иметь навык координации, растяжки, гибкости;
- иметь навык исполнения базовых элементов гимнастики;
- уметь использовать полученные знания на практике;
- уметь отталкиваться от пола во время прыжка, завершая его мягко;
- уметь выполнять перевернутые положения с помощником.

В конце 3-го года обучения обучающийся будет:

- уметь проявлять настойчивость и целеустремленность в учебном процессе;
- иметь навык выразительного исполнения элементов гимнастики;

- уметь выполнять перевернутые положения без помощника;
- владеть методикой исполнения элементов гимнастики;
- владеть комплексами упражнений, ориентированными на укрепление мышечного корсета.

В конце 4-го года обучения обучающийся будет:

- уметь выполнять элементы партерного экзерсиса;
- знать методику исполнения высоких прыжков;
- иметь устойчивую дисциплинированность;
- владеть профессиональной терминологией;
- уметь сочинять комбинации из некоторых элементов гимнастики;
- уметь работать в паре;
- владеть пластикой тела.

Раздел III. Введение в классический танец.

В конце 1-го года обучения обучающийся будет:

- знать основы техники безопасности исполнения элементов классического танца;
- иметь интерес к хореографическому искусству;
- иметь потребность к коллективной творческой деятельности;
- иметь представление о классическом танце как учебном предмете;
- иметь навык в постановке корпуса, рук, ног и головы;
- уметь выполнять port de bras;
- уметь выполнять базовые упражнения классического танца.

В конце 2-го года обучения обучающийся будет:

- уметь планировать, анализировать свою деятельность и вносить в нее коррективы в соответствии с нравственными нормами и ценностями;
- знать методику выполнения базового экзерсиса у станка;
- уметь применять знания о здоровом образе жизни;
- иметь навык координации движений;
- владеть начальными навыками репетиционной деятельности;
- иметь мотивацию к учебной деятельности;
- иметь желание сотрудничать с сверстниками и педагогом для решений учебных проблем.

В конце 3-го года обучения обучающийся будет:

- проявлять интерес к хореографической деятельности;
- владеть методикой исполнения базового экзерсиса классического танца;
- уметь использовать полученные знания в практической деятельности;
- уметь исполнять простые позы классического танца;
- уметь выполнять базовые прыжки классического танца лицом к станку;
- иметь навык выразительности в исполнении элементов классического танца.

В конце 4-го года обучения обучающийся будет:

- уметь танцевать в ансамбле;
- владеть основой терминологии классического танца;
- уметь выразительно исполнять элементы классического танца;
- знать последовательность движений на уроке классического танца у станка и на середине класса;
- методику исполнения элементов экзерсиса на середине;
- уметь выполнять базовые прыжки классического танца на середине класса с двух ног на две;
- иметь навык дисциплины на уроке классического танца;
- иметь мотивацию для дальнейшего творческого роста.

Форма оценки и качества знаний:

- текущая, промежуточная и итоговая аттестация на основании приказа директора;

- зачетное занятие;
- открытое занятие;
- концертное выступление;
- конкурсное выступление;
- итоговое занятие;

Учебно – тематический план.

Первый год обучения

Тема	Теория	Практика	Общее кол-во часов
Вводное занятие.	1	1	2
Ритмика. Элементы музыкальной грамоты.	1	3	4
Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	2	12	14
Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	2	12	14
Ритмика. Развитие координации движений.	1	7	8
Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	2	14	16
Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	2	10	12
Балетная гимнастика. Силовые упражнения.	1	5	6
Балетная гимнастика. Бег. Прыжки.	1	7	8
Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	1	5	6
Введение в классический танец. Введение в предмет.	1	3	4
Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	2	14	16
Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	2	8	10
Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	2	14	16
Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	5	71	76
Промежуточный контроль.		2	2
Итоговое занятие.		2	2
Всего	26	190	216

Второй год обучения

Тема	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1. Вводное занятие.	1	1	2
Ритмика. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.	2	12	14
Ритмика. Элементы музыкальной грамотности.	1	5	6
Ритмика. Упражнения на развитие художественно-	2	12	14

творческих способностей.			
Ритмика. Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	1	9	10
Балетная гимнастика. Общая физическая подготовка.	1	3	4
Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	1	13	14
Балетная гимнастика. Прыжки на месте и с продвижением.	1	13	14
Балетная гимнастика. Силовые упражнения.	1	3	4
Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	1	9	10
Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	1	9	10
Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	1	15	16
Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	1	11	12
Введение в классический танец. Allegro.	1	5	6
Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	5	71	76
Промежуточный контроль.		2	2
Итоговое занятие.		2	2
Всего			216

Третий год обучения

Тема	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1. Вводное занятие.	1	1	2
Ритмика. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.	2	14	16
Ритмика. Элементы русского танца.	2	12	14
Ритмика. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.	1	9	10
Ритмика. Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	1	3	4
Балетная гимнастика. Общая физическая подготовка.	1	11	12
Балетная гимнастика. Специальная физическая подготовка.	1	11	12
Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	2	18	20
Балетная гимнастика. Элементы экзерсис у станка.	2	20	22
Балетная гимнастика. Элементы экзерсис на середине.	2	16	18
Балетная гимнастика. Allegro.	1	5	6
Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	5	71	76

Промежуточный контроль.		2	2
Итоговое занятие.		2	2
Всего	21	195	216

Четвёртый год обучения

Тема	Теория	Практика	Общее количество часов
1. Вводное занятие.	1	1	2
Ритмика. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.	1	13	14
Ритмика. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.	1	11	12
Ритмика. Элементы русского танца.	2	16	18
Балетная гимнастика. Специальная физическая подготовка (СФП).	2	16	18
Балетная гимнастика. Общая физическая подготовка (ОФП).	1	13	14
Балетная гимнастика. Элементы партерного станка.	1	13	14
Элементы экзерсис у станка.	2	20	22
Элементы экзерсис на середине.	2	12	14
Allegro	1	7	8
Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	5	71	76
Промежуточный контроль.		2	2
Итоговое занятие.		2	2
Всего	19	197	216

Содержание программы:

1й год обучения

Раздел I. Ритмика

Тема 1. Элементы музыкальной грамотности.

Теория

- Понятия: вступление, части, музыкальная фраза, из-за такта;
- Понятие «акцент», различие музыкальных частей;
- Характер музыкального сопровождения (веселый, грустный, спокойный, торжественный);
- Жанры музыки (песня, марш, танец, полька, вальс).;
- Понятие «ритмический рисунок»;
- Объяснение музыкального размера 2/4, 3/4, 4/4.

Практика:

- Движение в различных темпах;
- Определение характера музыки и передача через движение;
- Определение и передача через движение жанров музыкальных произведений;
- Определение и передача через движения динамических оттенков (тихо, громко);

- Определение и передача в движении размеров 2/4, 3/4, 4/4;
- Воспроизведение по хлопкам и шагам ритмического рисунка музыкального произведения;
- Определение и передача сильных и слабых долей;
- Умение менять движения в зависимости от смены частей и музыкальных фраз.

Тема 2. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.

Теория

- Суставная гимнастика;
- Разъяснение техники исполнения движения;
- Методика исполнения и цель исполнения движения.

Практика:

- Напряжение и расслабление мышц рук и кистей;
- Упражнений на развитие отдельных групп мышц;
- Упражнения на развитие подвижности суставов;
- Упражнение на растягивание и укрепление мышц шеи;
- Шаги: марш с выносом бедра на верх, на месте, с продвижением, в повороте;
- Координация движений: шаги с движениями рук, головы;
- Работа над подвижностью стопы (понятие flex, point);
- Бег с подниманием бедра, с «захлестом» назад, с выносом вперед вытянутых ног;
- Подскоки;
- Галоп в сторону, вперед;
- Элементарные повороты с хлопками;
- Трамплинные прыжки на месте с продвижением, на одной ноге.

Тема 3. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Теория:

- Представление о танцевальном образе;
- Объяснение правил игр и упражнений (заданий);
- Понятие «интервал»;
- Понятие «рисунок танца»;
- Понятие «пространство сцены»;

Практика:

- Упражнение на развитие образного мышления, музыкально-двигательные образы на основе творческих игр и заданий;
- Упражнения на развитие импровизации под музыку в заданном образе;
- Выполнение упражнений не только индивидуально, но и в группе (контакт в танце, слушая и понимая друг друга);
- Упражнения на создание образа, посредством пластики тела;
- Упражнение на импровизацию «Разнообразие насекомых»;
- Упражнения на приобретение навыков работы в паре;
- Разучивание танцевального этюда на развитие мимических способностей передачи настроения;
- Упражнения на концентрацию внимания, музыкальные игры на развитие импровизационных навыков, на развитие опорно-двигательного аппарата, выработка навыков работы с партнером в зеркально-повторяющихся движениях;
- Разучивание этюдов на развитие пластики рук;
- Построение и перестроение по танцевальной площадке – переход в рисунки танца.

Тема 4. Развитие координации движений.

Теория:

- Объяснение отличий современного стиля и направления;
- Ознакомление с движениями разных стилей (рок-н-ролл, хип-хоп, рэп, народный танец, классический танец);

Практика:

- Изучение различных танцевальных движений;
- Изучение комплексов с гимнастической скакалкой;
- Составление из многочисленных движений танцевальных комбинаций;
- Изучение разноплановых танцевальных комбинаций;
- Разучивание танцевальных движений и комбинаций различных современных стилей и направлений.

Раздел II. Балетная гимнастика

Тема 1. Общеразвивающие упражнения.

Теория:

- Введение в предмет;
- Значение гимнастики;
- Методика исполнения движений.

Практика:

- упражнения на растяжку, укрепление мышц и связочного аппарата;
- упражнения для развития плечевого пояса;
- упражнения для развития и укрепления мышц рук;
- упражнения для формирования балетной осанки;
- отработка основных шагов – с носка по I полувыворотной позиции ног шаг на полупальцах; шаг на пятках; шаг в полуприсяде; шаг в полном приседе по VI позиции ног; шаг с выпадом;
- балансовые упражнения (устойчивость) – упражнение «цапля» на вертикальное равновесие; «ласточка» на вертикальное равновесие; вертикальное равновесие в статике с захватом стопы рукой;
- основы перевернутых положений.

Тема 2. Партерная гимнастика.

Теория:

- методика выполнения элементов партерного станка.

Практика:

- упражнения на растяжку задней поверхности ног – складки из положения сидя на полу, стоя, растяжка у станка;
- лежа на животе: поднятие корпуса с одной рукой/двумя, динамика и статика, с руками впереди и вдоль тела;
- упражнения на выворотность ног: открытие ног в бабочку лежа на животе и на спине/предплечьях с вытягиванием подъема ног, различные упражнения сидя в «бабочке»;
- упражнения на развитие подвижности и силу стоп;
- выработка силы ног – подъемы ног вверх лежа на животе и спине;
- растяжка и укрепление внутренней поверхности ног стоя на коленях и лежа;
- полушпагаты и шпагаты;
- battement tendus, jetes сидя на полу и с опорой на предплечья.

Тема 3. Силовые упражнения.

Теория:

- методика выполнения силовых упражнений.

Практика:

- силовая подготовка;
- приседания на всей стопе и на полупальцах;
- отжимание на полу, от колен;
- упражнение «планка»: на локтях;
- упражнения «планка» на кистях;
- упражнение «тачка» в парах;
- укрепления мышц кора и спины, комплексы упражнений.

Тема 4. Бег, Прыжки.

- Теория:** - методика выполнения прыжковых и беговых упражнений.

Практика:

- бег на полупальцах;
- элементарные прыжки (на месте, с продвижением);
- беговое упражнение с «захлестом»;
- беговое упражнение «лошадка»;
- галопы (вправо, влево, с полуповоротом, в паре – руки в положении «лодочка»);
- бег носком в пол на 25 градусов, на 45 градусов вперед, назад;
- подскоки;
- трамплинные прыжки;
- прыжки из полного приседа;
- прыжок с двумя поджатыми назад ногами.

Тема 5. Элементы акробатики.

Все упражнения выполняются на ковриках по диагонали всего класса.

Теория:

- методика выполнения акробатических упражнений.

Практика:

- выполнение «мостов» из положения лежа;
- стойка на лопатках «Березка»;
- боковые перекаты;
- кувырок вперед в группировке.

Раздел III. Введение в классический танец.**Тема 1. Введение в предмет.****Теория**

Понятие «классический танец». Чем он отличается от других танцев. Строение тела. Выворотность и подвижность суставов. Методическое объяснение исполнения поклона. Знакомство с позициями ног I, II, III. Методика исполнения и перевод с французского *battement tendu* в статике (используемое в поклоне). Методика исполнения и перевод с французского *demi plie* (используемое в поклоне) по I позиции ног. Понятие о переносе тяжести тела с одной ноги, в центр, на другую ногу. Понятие о точках класса. Методические требования к постановке корпуса. Методика объяснения позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Понятие опорной и работающей ноги, натянутой стопы и колена. Понятие *ap face*.

Практика:

- Изучение поклона;
- План класса: «точки класса», диагональ;
- Постановка корпуса;
- Позиции ног: I, II, III;
- Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья (фиксировать);
- *Demi plie* по I полувыворотной позиции.

Тема 2. Партерная гимнастика.**Теория:**

- Методика исполнения элементов партерного станка.

Практика:

- Упражнение на развитие выворотности ног в тазобедренном суставе;
- Упражнение на развитие шага;
- Партерная растяжка;
- Упражнение на развитие выворотности стопы;
- Упражнение на развитие гибкости спины;
- Упражнение на расслабление и напряжение мышц;
- Упражнение на укрепление мышц пресса, рук;
- Подготовка *battement tendu* вперед, назад, в сторону;

- Подготовка к *demi plie*.

Тема 3. Экзерсис у станка.

Все движения исполняются лицом к станку.

Теория:

- Методические требования к постановке корпуса, позициям ног, рук;
- Методика исполнения движений экзерсиса.

Практика:

- Постановка корпуса у станка;
- Позиции ног: I, II, III, руки на станке;
- Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III позиции;
- *Demi plie* по I позиции;
- *Battement tendu* из I позиции в сторону;
- *Relevés* на полупальцы в I, II и поз. с вытянутых ног;
- Перегибы корпуса в сторону по I позиции ног.

Тема 4. Экзерсис на середине зала.

Теория:

- Методические требования к постановке корпуса, позиции рук;
- Методическое исполнение движений экзерсиса;
- Работа над понятием *epoulement croise, et effase*.

Практика

- Постановка корпуса на середине зала;
- Позиции ног: I, II, III;
- Позиции рук: подготовительная, I, II, III;
- Трамплинные прыжки: в свободной позиции, по I и II позиции;
- Перегибы корпуса;
- I форма *port de bras*;
- Поклон.

Раздел IV. Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.

Теория:

Танцевальный образ (образ, характеры, сюжетные линии танца)

Практика:

Композиционное построение танца:

- Работа над технической стороной и художественным образом в танце;
- Основные шаги в танце, движения, танцевальные комбинации;
- Основные фигуры танца;
- Соответствие музыкального образа и его сценического воплощения;
- Основная танцевальная лексика и стилистические особенности исполнения.

2й год обучения

Раздел I. Ритмика

Тема 1. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.

Теория:

- Методика исполнения движений.

Практика:

- Растягивание и укрепление мышц спины и живота;
- Фиксированные движения головой;
- Махи руками с полной амплитудой, круговые движения плечами, фиксированные движения плечами;
- Сгибание корпуса, «складки»;
- Полуприседания, приседания;
- Упражнения на развитие выворотности;
- Упражнения на равновесие;
- Подскоки, перескоки на месте;

- Упражнение на растяжку мышц бедра;
- Шоссе в сторону одновременно с движением рук;
- Повороты с хлопками;
- Упражнения на равновесие;
- Прыжки на месте с передвижением с гимнастической скакалкой и без;
- Прыжок наверх с руками из положения полного приседа;
- Танцевальные шаги: переменный шаг, в ритме вальса, шаг польки.

Тема 2. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.

Теория:

- Значение жестов в танцевальном искусстве;
- Объяснение методики выполнения упражнения и его цель;
- Беседы об ожидаемых результатах.

Практика:

- Задание «Профессия»;
- Задание «Олимпиада»;
- Групповые задания: создать танцевальную миниатюру на основе известных сказок;
- Понятие «сложных» и «многоплановых» рисунков танца;
- Самостоятельное, коллективное сочинение танцевального этюда на основе изученного материала;
- Создание миниатюры «Под дождем».

Тема 3. Элементы русского танца.

Теория:

- Знакомство с названиями движений в русском танце;
- Методика исполнения движений в народно-сценическом танце;
- Объяснение и показ комбинаций.

Практика

- Простой «ключ»;
- Простые одинарные выстукивания;
- «Моталочка» в комбинации;
- «Молоточки» в комбинации;
- *Por de bras*;
- Пять свободных полувыворотных позиций ног;
- Подготовка к началу движения *preparation*;
- Простая «верёвочка»;
- Шаг-притоп;
- Переступание с каблука на полупальцы;
- Положение рук в парном танце;
- Простой «ключ»;
- Поворот на месте вправо, влево (по четвертям и на 180);
- Галоп в повороте;
- Повороты по диагонали на подскоках;
- «Ковырялочка» с притопом;
- Этюдная работа.

Раздел II. Балетная гимнастика

Тема 1. Общая физическая подготовка.

Теория:

- объяснение методики исполнения упражнений.

Практика:

- упражнения на улучшение плечевого пояса и рук;
- упражнения на улучшение подвижности стопы;
- упражнения на улучшение гибкости спины в поясничном отделе;

- балансовые упражнения – устойчивость.

Тема 2. Партерная гимнастика.

Теория:

- методика исполнения упражнений партерного станка.

Практика:

- упражнения на развитие гибкости спины;
- упражнение на укрепление мышц кора;
- упражнения на развитие гибкости и силы спины и растяжки ног;
- упражнения на укрепление поясничного отдела позвоночника;
- упражнения на развитие балетного шага;
- упражнения на развитие выворотности тазобедренного сустава;
- упражнения на улучшение подъема стопы;
- упражнения на укрепление мышц ягодиц и внутренней поверхности ног;
- броски ногами во всех направлениях лежа на полу.

Тема 3. Прыжки на месте и с продвижением.

Теория:

- объяснение методики исполнения каждого прыжка;
- объяснение как отталкиваться от пола двумя ногами на месте и с продвижением.

Практика:

- трамплинные прыжки на двух ногах, на одной ноге (на месте, с продвижением);
- прыжки из полного приседа наверх, с продвижением;
- подскоки на месте, с продвижением;
- чередование прыжков в комбинациях с пробежками;
- прыжки с поджатыми ногами;
- прыжки в группировке;
- разножки в воздухе (поперечные, продольные) с места;
- упражнение «ножницы» вперед, назад (на месте, с продвижением).

Тема 4. Силовые упражнения.

Нагрузка распределяется индивидуально.

Теория:

- методика исполнения упражнений с практическим показом.

Практика:

- отжимания;
- упражнение «тачка» в паре;
- отжимания от стены/пола, стойки на руках у стены;
- планка на полу, комплексы;
- «паучок»;
- «тюлень».

Тема 5. Элементы акробатики.

Обучающиеся на втором году обучения учатся комбинировать элементы акробатики, сочетать между собой в комбинациях.

Теория:

- Объяснение методики исполнения акробатических элементов, с практическим показом.

Практика:

- кувырки в группировке;
- боковые перекаты;
- стойка на руках и локтях у стены;
- упражнение «колесо» (боковой переворот);
- упражнение «мост» из положения стоя/у стены (с помощником и без);
- «разножка» в боковом перекате с колен;
- комбинирование элементов акробатики.

Раздел III. Введение в классический танец.

Тема 1. Партерная гимнастика.

Теория:

- Методика исполнения элементов партерного станка.

Практика:

- Упражнения на различные виды шагов и бега;
- Упражнения на полу на выработку выворотности ног;
- Упражнения на полу на развитие гибкости;
- Упражнения на полу на развитие шага.

Тема 2. Экзерсис у станка.

Все движения исполняются лицом к станку

Теория:

- Методика исполнения элементов экзерсиса у станка.

Практика:

- Demi plie по I, II, V позиции;
- Battement tendu по I позиции в сторону, вперед, назад;
- Battement tendu jete через pointe (с остановкой) из I позиции;
- Положение ноги на sur le cou-de-pied;
- Releve на полупальцы I, II, III позициям с demi plie;
- Прыжок temps saute по I и II позициям;
- Прыжок temps leve (с demi plie) по I и II позиции

Тема 3. Экзерсис на середине.

Теория:

Методика исполнения элементов экзерсиса на середине.

Практика:

- Demi plie по I позиции en face;
- Battement tendu по I позиции en face;
- Понятие epaulement croise et effase;
- Releve на полупальцы с вытянутых ног;
- Port de bras вторая форма;
- Arabesque – I, II носком в пол.

Тема 4. Allegro.

Теория:

- Методика исполнения прыжков на уроке классического танца.

Практика:

- Temps saute по I и II позициям лицом к станку;
- Temps leve по I, II позициям лицом к станку.

Раздел IV. Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.

Теория:

Танцевальный образ (образ, характеры, сюжетные линии танца)

Практика:

Композиционное построение танца:

- Работа над технической стороной и художественным образом в танце;
- Основные шаги в танце, движения, танцевальные комбинации;
- Основные фигуры танца;
- Соответствие музыкального образа и его сценического воплощения;
- Основная танцевальная лексика и стилистические особенности исполнения.

3й год обучения

Раздел I. Ритмика

Тема 1. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.

Теория:

- Методика исполнения движений.

Практика:

- Растягивание и укрепление мышц шеи;
- Махи руками с полной амплитудой, круговые движения плечами, фиксированные движения плечами;
- Сгибание корпуса, «складки»;
- Полуприседания, приседания;
- Упражнения на формирования стопы;
- Упражнения на равновесие;
- Подскоки, перескоки на месте;
- Упражнение на растяжку мышц бедра;
- Шоссе в сторону одновременно с движением рук;
- Повороты с хлопками;
- Прыжки на месте с передвижением с гимнастической скакалкой и без;
- Прыжок вверх с руками из положения полного приседа;
- Танцевальные шаги: переменный шаг, в ритме вальса, шаг польки.

Тема 2. Элементы русского танца.

Теория:

- Методика исполнения движений.

Практика:

- Положение рук в русском танце;
- *Por de bras* руками в характере русского танца;
- Переменный шаг на всю стопу;
- Шаркающий шаг;
- «Гармошка»;
- «Елочка»;
- Припадание;
- «Ковырялочка»;
- «Моталочка» с притопом;
- «Молоточки»;
- Повороты на месте (по четвертям и на 180 градусов);
- По диагонали «галоп» в повороте.

Тема 3. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей. Теория:

- Объяснение правил выполнения упражнений;
- Пояснение цели и задач выполнений того или иного упражнения;
- Анализ исполнения упражнений;

Практика:

- Упражнение на импровизацию «Разнообразие насекомых»;
- Танцевальный этюд на выработку пластики рук;
- Упражнения на улучшение выразительности исполнения «Маски»;
- Сюжетная игра «В магазине игрушек»;
- Упражнение на развитие концентрации внимания и импровизации «Я и моя тень».

Тема 4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

Теория:

- Понятие о сложных рисунках;
- Понятие о сценическом пространстве;
- Рисунки с продвижением.

Практика:

Построения и перестроения в танцевальном пространстве (сольное исполнение, в парах и в ансамбле):

- Из круга в квадрат;
- Из круга в рассыпную;
- «Воротца»;
- «Звездочка»;

- «Карусель»;
- «Змейка»;
- «Диагональ»;
- Перемещение линиями «шторкой» с продвижением.

Раздел II. Балетная гимнастика

Тема 1. Общефизическая подготовка.

Теория:

- значение прыжков в развитии координации.

Практика:

- элементарные прыжки;
- элементы с использованием гимнастической стенки (ВИС, группировка, держать угол, поднятие ног);
- упоры, отжимания на середине;
- упражнения на укрепление пресса;
- растяжка на шпагаты.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Теория:

СФП на данном этапе включает упражнения на улучшение гибкости, высокие прыжки, элементы акробатики и гимнастики. Гибкость – необходимое качество в подготовке танцовщика. Значение растяжки у станка для увеличения «шага». Устойчивость в позах.

Практика:

- Гибкость;
- Высокие прыжки;
- Упражнения для стопы;
- Балансовые упражнения;
- Улучшение шага;
- Releve lent на part teer (вперёд, сторону, назад);
- Grand battement на part teer (во всех направлениях).

Тема 3. Акробатика.

Теория:

Устойчивость в элементах акробатики.

Практика:

- Кувырок вперед с прямых ног;
- Перекат через спину с разножкой;
- Перекат назад из положения стойки на лопатках;
- «Колесо» - ноги поочередно отрывают от пола, поочередно приходят в пол;
- «Рандат» - ноги поочередно отрывают от пола, одновременно в пол на plie по VI позиции;
- Комбинации: кувырок, колесо.

Раздел III. Введение в классический танец.

Тема 1. Экзерсис у станка.

Все движения исполняются лицом к станку. Если позволяют возможности учащихся, постепенно перевести учащихся в положение одной рукой за станок.

Теория:

Методика исполнения движений. Понятия en dehors и en dedans.

Практика:

- Demi plie по I, II, V позиции
- Grand plie по I, II позициям
- Battement tendu по I позиции
- Battement tendu jete через pointe из I позиции
- Demi rond de jambe par terre, en dehors и en dedans
- Положение ноги на sur le cou-de-pied

- Releve на полупальцы I, II, III позициям с demi plie
- Battement releve lent на 45 градусов из I позиции

Тема 2. Экзерсис на середине зала.

Теория:

Методика исполнения элементов экзерсиса на середине. Понятие ebraquement croise et effase.

Практика:

- Demi plie по I позиции en face;
- Battement tendu по I позиции en face;
- Port de bras третья форма;
- Arabesque – I, II носком в пол;
- Pas couru.

Тема 3. Allegro.

Теория:

Методика исполнения прыжков на уроке классического танца.

Практика:

Temps saute по I и II позициям лицом к станку.

Раздел IV. Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.

Теория:

Танцевальный образ (образ, характеры, сюжетные линии танца)

Практика:

Композиционное построение танца:

- Работа над технической стороной и художественным образом в танце;
- Основные шаги в танце, движения, танцевальные комбинации;
- Основные фигуры танца;
- Соответствие музыкального образа и его сценического воплощения;
- Основная танцевальная лексика и стилистические особенности исполнения.

4й год обучения

Раздел I. Ритмика

Тема 1. Совершенствование опорно-двигательного аппарата.

Теория:

- Методика исполнения движений.

Практика:

- Растягивание и укрепление мышц спины и живота;
- Фиксированные движения головой;
- Махи руками с полной амплитудой, круговые движения плечами, фиксированные движения плечами;
- Сгибание корпуса, «складки»;
- Полуприседания, приседания;
- Упражнения на развитие выворотности;
- Упражнения на равновесие;
- Подскоки, перескоки на месте;
- Упражнение на растяжку мышц бедра;
- Шоссе в сторону одновременно с движением рук;
- Повороты с хлопками;
- Упражнения на равновесие;
- Прыжки на месте с передвижением с гимнастической скакалкой и без;
- Прыжок наверх с руками из положения полного приседа;
- Танцевальные шаги: переменный шаг, в ритме вальса, шаг польки.

Тема 2. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей. Теория:

- Значение жестов в танцевальном искусстве;
- Объяснение методики выполнения упражнения и его цель;

- Беседы об ожидаемых результатах.

Практика:

- Задание «Профессия»;
- Задание «Олимпиада»;
- Групповые задания: создать танцевальную миниатюру на основе известных сказок;
- Понятие «сложных» и «многоплановых» рисунков танца;
- Самостоятельное, коллективное сочинение танцевального этюда на основе изученного материала;
- Создание миниатюры «Под дождем».

Тема 3. Элементы русского танца.

Теория:

- Знакомство с названиями движений в русском танце;
- Методика исполнения движений в народно-сценическом танце;
- Объяснение и показ комбинаций.

Практика:

- Простой «ключ»;
- Простые одинарные выстукивания;
- «Моталочка» в комбинации;
- «Молоточки» в комбинации;
- *Por de bras*;
- Пять свободных полувыворотных позиций ног;
- Подготовка к началу движения *preparation*;
- Простая «верёвочка»;
- Шаг-притоп;
- Переступание с каблука на полупальцы;
- Положение рук в парном танце;
- Простой «ключ»;
- Поворот на месте вправо, влево (по четвертям и на 180);
- Галоп в повороте;
- Повороты по диагонали на подскоках;
- «Ковырялочка» с притопом;
- Этюдная работа.

Раздел II. Балетная гимнастика

Тема 1. Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория:

- гибкость – необходимое качество в подготовке танцовщика.

Практика:

- упражнения на улучшения гибкость спины;
- «мост» на середине;
- *releve lent* лежа на спине, животе, боку;
- *grand battement* во всех направлениях, лежа на полу - *Grand battement* во всех направлениях у опоры;
- упражнения для улучшения гибкости стопы;
- кувырки;
- перекаты;
- стойка на лопатках;
- стойка на двух руках, ноги на гимнастической стенке;
- упражнение на равновесие в сторону с захватом пятки («затяжка»);
- упражнение «ножницы» вперед, на месте, с продвижением.

Тема 2. Общая физическая подготовка.

Теория:

- значение прыжков в развитии координации.

Практика:

- прыжковые комплексы (с двух ног, на одной ноге, с продвижением);
- комбинации из прыжков;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- отжимание на середине, с колен;
- отжимание с различным положением рук;
- висы на гимнастической стенке;
- упражнения на растягивание подколенных связок;
- растяжки на шпагаты;
- упражнение на развитие гибкости спины;
- прыжки на возвышение.

Тема 3. Элементы партерного станка.**Теория:**

- значение элементов партерного станка.

Практика:

- demi и grand plie;
- battement tendu (вперёд, сторону, назад);
- battement tendu jete (вперёд, сторону, назад);
- releve lent (вперёд, сторону, назад);
- элементы партерной гимнастики на выворотность в тазобедренном суставе.

Раздел III. Введение в классический танец.**Тема 1. Экзерсис у станка.****Теория:**

Методика исполнения элементов экзерсиса у станка.

Практика:

- Совершенствование позиций рук;
- Проучивание IV позиции ног;
- Preparation для рук (в положении боком к станку);
- Demi plie по V позиции ног;
- Grand plie по V позиции ног;
- Battement tendu по V позиции ног;
- Battement tendu jete через pointe по V позиции ног (с остановкой);
- Rond de jambe par terre, en dehors и en dedans;
- Passé par terre;
- Battement releve lent на 90 из I позиции вперед, в сторону, назад;
- Grand battement jete по I позиции через pointe (с остановкой);
- Pas de bourree simple с переменной ног (в начале изучается лицом к станку).

Тема 2. Экзерсис на середине.**Теория:**

Методика исполнения элементов экзерсиса на середине

Практика:

- Port de bras II форма;
- Demi plie по I, II, V позициям an face;

- Releve на полупальцы по I, II позициям с demi plies;
- Маленькие позы классического танца носком в пол croisee вперед, назад;
- Arabesque – I, II на 45;
- Pas balance;
- Pas de bourree simple с переменной ног (в начале изучается лицом к станку).

Тема 3. Allegro.

Теория:

Методика исполнения прыжков на уроке классического танца.

Практика:

- Temps soule по I, II, V позициям;
- Трамплинные прыжки;
- Petit changement de pieds.

Раздел IV. Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.

Теория:

Танцевальный образ (образ, характеры, сюжетные линии танца)

Практика:

Композиционное построение танца:

- Работа над технической стороной и художественным образом в танце;
- Основные шаги в танце, движения, танцевальные комбинации;
- Основные фигуры танца;
- Соответствие музыкального образа и его сценического воплощения;
- Основная танцевальная лексика и стилистические особенности исполнения.

Педагогические технологии:

- **лично-ориентированное обучение** (развитие детей с учетом его индивидуальных особенностей, учитываются интересы и возможности обучающихся);
- **информационно-коммуникационная технология** (улучшение качества обучения, обеспечение гармоничного развития личности. Формирование у обучающихся устойчивых интересов к самообразованию);
- **игровые технологии** (обучать в игре сравнению, распознаванию, умению создавать характеристики);
- **здоровьесберегающая технология** (соблюдение санитарно-гигиенических требований, дозирование учебной нагрузки, построение урока с учетом работоспособности учеников, формирование мотивации, создание благоприятного психологического климата, профилактика стрессов);
- **интегрированное обучение** (расширение кругозора, углубленное изучение того или иного предмета/явления, выстраивает разносторонний взгляд на объект).

Методы обучения:

- **наглядный метод** подразумевает показ педагогом движения, его точного воспроизведения, с целью обучения детей. Способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям: показ педагогом движений под счет и под музыку; показ правильного исполнения, возможных ошибок на конкретном обучающемся; дидактическая игра;
- **словесный метод** включает в себя объяснение того или иного движения, чем формирует теоретические знания о правильности его выполнения. Данным методом происходит вербальный обмен, за счет чего формируется осознанность выполнения того или иного упражнения, его грамотность и понимание;

- **метод практического обучения**, при котором в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков;
- **метод импровизации** – используется для раскрепощения и выработки уверенности в себе и движениях, для развития способностей к высвобождению чувств и эмоций, для свободы движений и фантазирования;
- **метод индивидуализации**. Выработка определенного подхода к каждому ученику с учетом природных способностей, его возраста, работоспособности и уровня подготовки на занятиях;
- **игровой метод** – используется для общей регуляции настроения детей. Музыкально-ритмические игры способствуют гармонизации внутреннего мира ребенка. Активные музыкальные игры развивают импровизацию, которая позволяет ребенку раскрепоститься, научиться ориентироваться в собственных состояниях и эмоциях. При имитации различных эмоциональных состояний, используя мышцы лица и тела, способствует благоприятному физическому состоянию ребенка;
- **метод хореокоррекции**, как психолого-педагогический способ самопознания, воздействуя при помощи свободной пластики движения, музыки и хореографии, помогает освоить язык невербального общения;
- **концентрический метод** предполагает углубленное изучение материала по мере его усвоения и возвращение к исходному с целью его повтора и усложнения.

Диагностический материал

1-й год обучения

Текущая аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Связь музыки и движения, выполнение маршевых и прыжковых комбинаций;
- Понятие о рисунке танца: построения и перестроения;
- Элементарные комбинации на «прохлопывание» мелодии с базовыми шагами;
- Движения в различных музыкальных темпах;
- Танцевальные этюды. Повторение изученных комбинаций;
- Характер музыкального произведения и передача его в движения;
- Базовые шаги, прыжки и передвижения;
- Общая физическая подготовка;
- Перевернутые положения;
- Боковые перекаты в группировке;
- I, III позиция ног;
- Комплекс упражнений на коврике;
- I Port de bras;
- Demi plie по I позиции на середине зала;
- Battement tendu jetes, бросковая техника;
- Прыжки в классическом танце;

- Сценическая ходьба и бег.

Критерии оценки

- 5 баллов - высокий уровень,
- 3-4 балла - средний уровень,
- 2 балла - низкий уровень.

Промежуточная аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы. **Задачи:**

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

Срок проведения: конец мая.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

Теоретическая часть:

- Элементарные прыжки по диагонали: на одной ноге, с поджатыми ногами, «Ножницы», из приседа и т. п. Прыжковые комбинации;
- Развитие координации движения посредством скакалки. Изученные комбинации;
- Упражнения на развитие импровизации. «Кукольный магазин», «Волшебный лес». Движения в образах под музыку;
- Передвижения по залу в различные рисунки танца со сменой направлений движения и скорости;
- Элементы акробатики;
- Releves на полупальцы в I, II;
- Releveleut у станка. Умение держать постановку корпуса;
- Перенос изученных упражнений у станка, на середину зала;
- Вращения на месте и в продвижении;
- Battement tendu из III позиции;
- Трамплинные прыжки, Saute по I позиции.

Критерии оценки:

- 5 баллов - высокий уровень,
- 3-4 балла - средний уровень,
- 2 балла - низкий уровень.

2-й год обучения

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Базовые шаги, передвижение в пространстве;
- Упражнения на координацию;
- Комбинации на «прохлопывание» мелодии с различными шагами;
- Танцевальные этюды;
- Упражнения на баланс;
- Глубокие прогибы;
- Общая физическая подготовка;
- Перевернутые положения;
- Прыжковые комплексы;
- Партерная гимнастика;
- Экзерсис у станка. Demi plie;
- Port de bras II;
- Demi plie по I, II позиции на середине зала;
- Позиции ног;
- Комплекс упражнений на коврике;
- Прыжки в классическом танце;
- Battement tendu jetes, бросковая техника;
- Сценическая ходьба и бег;

Критерии оценки

5 баллов - высокий уровень,

3-4 балла - средний уровень,

2 балла - низкий уровень.

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- Выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- Анализ полноты реализации программы второго года обучения.

Срок проведения: май текущего года.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Прыжковые комбинации;
- Построение и перестроение в рисунки танца, умение ориентировки в пространстве;
- Танцевальные этюды;
- Комбинации на координацию движений посредством скакалки;
- Движения в образах под музыку (импровизация);
- Общая физическая подготовка;
- Прыжки по диагонали;

- Комплекс со скакалками;
- Перевернутые положения, комбинации;
- Элементы акробатики;
- Позы в классическом танце;
- Комплекс упражнений сидя на коврике, положение sur le cou-de-pied;
- Relevelent у станка;
- Усложнение уже изученных упражнений у станка, на середине зала;
- Вращения на месте и в продвижении;
- Port de bras III, I;
- Battement tendu из III позиции;
- Трамплинные прыжки, Saute по I позиции.

Критерии оценки

5 баллов - высокий уровень,

3-4 балла - средний уровень,

2 балла - низкий уровень.

3-й год обучения

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Затакт, затактовое построение;
- Понятия линии, колонны, интервала, диагонали и т. д. (теория);
- Построение группы из круга в квадрат, в рассыпную и снова в круг;
- Общая физическая подготовка;
- Элементарные прыжки, прыжки с «группировкой», с поджатыми ногами назад, через скамейку;
- Акробатика: кувырки (вперёд, назад), боковые перекаты с разножкой;
- Понятие en dehors и en dedans;
- Demi plie по I, II, V позиции ног лицом к палке;
- Battement tendu в сторону по I позиции ног лицом к станку;
- Preparation для рук в положении боком к станку;
- Port de bras III форма (экзерсис на середине);
- Releve на полупальцы по I, II, V позиции ног;
- Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans (у станка);
- Grand plie по всем позициям (экзерсис у станка);
- Demi plie по I позиции на середине класса;
- Temps saute по I, II, V позиции (у станка);
- Battement tendu jete из I позиции у станка;
- Battement tendu jete через pointe (с остановкой) из I позиции (у станка);

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами третьего года обучения;
- Выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- Анализ полноты реализации программы третьего года обучения.

Срок проведения: май текущего года.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Воспроизведение разнообразных ритмических рисунков с помощью хлопков в ладоши, притопов ног;
- Упражнения на развитие ориентации в пространстве: перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки; перестроение из большого круга в большую звезду; перестроение типа «Шен»;
- Танцевальные шаги и ходы: скользящий шаг, па польки вперёд и назад, переменный ход в ритме вальса;
- Координационные упражнения со скакалкой;
- Элементы партерного экзерсиса *releve lent* (вперёд, сторону, назад);
- Прыжки в продвижении;
- Элементы акробатики;
- *Demi plie* по I, II, V позиции ног боком к станку;
- *Relevés* на полупальцы по I, II, V позиции ног;
- Перегибы корпуса по I позиции боком к станку;
- *Battement releve lent* на 45 из I позиции в сторону;
- Положение ноги на *sur le cou-de-pied* (у станка);
- *Demi rond de jambe par terre en dehors* и *en dedans* (у станка);
- *Battement tendu jete* из I, V позиции вперёд, в сторону, назад у станка;
- Прыжок *temps leve* (с *Demi plie*) по I и II позиции у станка;
- *Temps saute* по I и II позициям на середине;
- *Rond de jambe par terre, en dehors* и *en dedans* боком к палке;
- *Battement tendu* из I позиции на середине;
- *Temps saute* по I, II, V позициям (экзерсис на середине);
- *Battement tendu* по V позиции у станка;
- *Arabesque I, II* носком в пол (экзерсис на середине);
- Экзерсис у станка, экзерсис на середине, *Allegro*

4-й год обучения

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Танцевальные шаги: скользящий шаг, па польки, переменный шаг, шаг в ритме вальса;
- Элементарные прыжки. Подскоки, перескоки;
- Перемещение двумя линиями «шторкой», на полукруг, затем «шен»;
- Танцевальные комбинации в различных темпах;
- Элементы русского танца «припадание», простые выстукивания, «простой ключ»;
- Общая физическая подготовка;
- Элементы партерного экзерсиса plie, releve;
- Акробатика: кувырки (вперёд, назад), перекаты боком;
- Элементы партерного станка battement tendus jetes (вперёд, сторону, назад);
- Demi plie по I, II, V позиции ног боком к станку и на середине класса;
- Battement tendu jete боком к палке;
- Temps soule по I, II, V позициям (экзерсис на середине);
- Grand plie по всем позициям (экзерсис у станка);
- Releve на полупальцы по I, II, V позиции ног с demi plie;
- Pas de bourree simple с переменной ног (лицом к станку);
- II форма port de bras;
- Petit changement de pieds (экзерсис у станка и на середине);
- Battement tendu с Demi plie у станка;
- Маленькие позы классического танца носком в пол croisee вперед, назад и face вперед, назад (экзерсис на середине);
- Port de bras II форма (экзерсис на середине);

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами четвёртого года обучения;
- Выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- Анализ полноты реализации программы четвёртого года обучения.

Срок проведения: май текущего года.

Форма проведения: зачетное занятие.

Содержание

- Элементы русского танца: «Верёвочка»;
- Комбинации из элементов русского танца;
- Общая физическая подготовка;
- Простые и многоплановые рисунки;
- Элементы партерного станка, releve lent (вперёд, сторону, назад);
- Прыжки на возвышение;
- Элементы партерного станка;
- Акробатика боковой переворот - «колесо» боком;
- Элементарные прыжки в группировке;
- Кувырки и перекаты в комбинациях;
- Passé par terre (экзерсис у станка);

- Releves на полупальцы по I, II, V позиции ног на середине;
- Перегибы корпуса по V позиции у палки;
- Положение ноги на sur le sou-de-pied (у станка);
- Прыжок temps leve с Demi plie по I и II позиции;
- Arabesque – I, II на 45, III носком в пол (экзерсис на середине);
- Battement tendu из I позиции на середине;
- Pas de bourree simple с переменной ног (в начале изучается лицом к станку);
- Battement tendu jete из V позиции вперед, в сторону, назад у станка;
- Releves на полупальцы в I, II, V и поз. с вытянутых ног;
- Temps saute по I и II, V позициям на середине;
- Battement releve lent на 90 из V позиции в;
- Battement tendu jete из I позиции на середине;
- Arabesque – I, II на 45, III носком в пол (экзерсис на середине);
- Battement tendu в epaulement (на середине);
- Arabesque – I, II на 45, III носком в пол (экзерсис на середине);
- Экзерсис у станка, экзерсис на середине, Allegro

Список литературы

Список литературы для преподавателей:

1. Александрова Н.А., Малашевская Е.А. Классический танец для начинающих. М.: «Планета музыки», «Лань», 2021 – 120 с.
2. Агтиков А.М. Классический танец. Новые горизонты. – М.: «Планета музыки», «Лань», 2020 – 208 с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. – СПб: Лань, 2009 – 190 с.
4. Базарова Н., Мей В.П. Азбука классического танца. – СПб: Лань, 2006 – 240 с.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2002 — 158 с.,
6. Валухин Е.П. Мужской классический танец. Эволюция во времени. – М.: ГИТИС, 2014 – 232 с.
7. Вольнский А.Л. Книга ликований. Азбука классического танца. – М.: «Лань», «Планета музыки», 2012 – 325 с.
8. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: «Искусство», 1989 – 160 с.
9. Громова Е. Детские танцы из классических балетов с нотным приложением. – СПб.: Планета Музыка, Лань, 2010 - 384 с.
10. Давыдов В.П. Теория, методика и практика классического танца. – М.: «Планета музыки», «Лань», 2020 – 324 с.
11. Домарк В.Ю. Классический танец. Размышления балетного педагога. Мастер-класс мужского театрального урока. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2010 – 128 с.
12. Есаулов И.Г. Алгоритм школы классического танца с четырехгодовичным обучением. – Ижевск: МСА, 2001 – 299 с.
13. Есаулов И.Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии. – СПб.: Планета музыки, 2015 - 256 с.

14. Есаулов И.Г. Словарь по эстетике классического балета. – Ижевск: МСА, 2003 – 229 с.
15. Звездочкин В. Классический танец. – СПб.: Планета музыки, лань, 2011 – 400 с.
16. Костровицкая В. С. Классический танец. Слитные движения. Руки. – СПб: Лань: Планета музыки, 2009 – 128 с.
17. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – СПб: Лань: Планета музыки, 2009 – 320 с.
18. Меднис Н.В., Ткаченко С.Г. Введение в классический танец. – М.: «Планета музыки», «Лань», 2021 – 60 с.
19. Мелехов А.В. Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца: уч. пособие. – Екатеринбург: Урал гос. пед. ун-тет, 2015 – 128 с.
20. Мессерер А.М. Уроки классического танца. – М.: «Искусство», 1967, - 552 с.
21. Мориз В. Э., Тарасов Н. И., Чекрыгин А. И. Методика классического тренажа. – СПб.: Планета музыки, 2009 – 384 с.
22. Плахт Ю.И. 40 уроков классического танца. – М.,СПб.: Академия Русского балета имени А.Я. Вагановой, Российский институт театрального искусства – ГИТИС, 2017 – 175 с.
23. Сафронова Л.Н. Уроки классического танца. – М.: «Планета музыки», «Лань», 2019 – 192 с.
24. Тарасов Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. – СПб: Лань, 2005 – 496 с.
25. Цори А. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб: Лань, Планета музыки, 2011 - 544 с.
26. Чеккети Г. Полный учебник классического танца. – М.: АСТ: Астрель, 2007 – 504 с.
27. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Планета музыки, 2011 – 72 с.

Список литературы для обучающихся

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011 – 624 с.
2. Базарова Н.Б. Классический танец. – СПб: Лань, 2009 – 190 с.
3. Базарова Н.Б., Мей В. Азбука классического танца. – СПб: Лань, 2006 – 240 с.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2002 — 158 с.
5. Валухин Е.П. Мужской классический танец. Эволюция во времени. – М.: ГИТИС, 2014 – 232 с.
6. Домарк В.Ю. Классический танец. Размышления балетного педагога. Мастер-класс мужского театрального урока. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2010 – 128 с.
7. Звездочкин В. Классический танец. – СПб.: Планета музыки, лань, 2011 – 400 с.
8. Костровицкая В. С. Классический танец. Слитные движения. Руки. – СПб: Лань: Планета музыки, 2009 – 128 с.
9. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – СПб: Лань: Планета музыки, 2009 – 320 с.

10. Малашевская Е.А., Александрова Н. А. Классический танец. Мастер-класс балетного урока. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2014 – 64 с.
11. Мориц В.Э., Тарасов Н. И., Чекрыгин А. И. Методика классического тренажа. – СПб.: Планета музыки, 2009 – 384 с.
12. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011 – 544 с.

Календарный учебный график по программе «ИМПУЛЬС» на 2024 - 2025 учебный год.
Педагог: Евдокимова Татьяна Николаевна.

№	Дата	час	Тема занятия, мероприятие	Форма проведения	Контроль	Время проведения
1	02.09.24	2	Вводное занятие.	Аудиторная Групповая	Беседа Наблюдение	16:00 – 18:00
2	04.09.24	2	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
3	06.09.24	2	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
4	09.09.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
5	11.09.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
6	13.09.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
7	16.09.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
8	18.09.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
9	20.09.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
10	23.09.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
11	25.09.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
12	27.09.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
13	30.09.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
14	02.10.24	2	Балетная гимнастика.	Аудиторная	Наблюдение	16:00 –

			Общеразвивающие упражнения.	Групповая		18:00
15	04.10.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
16	07.10.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
17	09.10.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
18	11.10.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
19	14.10.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
20	16.10.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
21	18.10.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
22	21.10.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
23	23.10.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
24	25.10.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
25	28.10.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
26	30.10.24	2	Балетная гимнастика. Общеразвивающие упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
27	01.11.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
28	06.11.24	2	Ритмика. Упражнение	Аудиторная	Наблюдение	16:00 –

			на развитие художественно-творческих способностей.	Групповая		18:00
29	08.11.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
30	11.11.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
31	13.11.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
32	15.11.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
33	18.11.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
34	20.11.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
35	22.11.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
36	25.11.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
37	27.11.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
38	29.11.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
39	02.12.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
40	04.12.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
41	06.12.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00

42	09.12.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
43	11.12.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
44	13.12.24	2	Ритмика. Упражнение на развитие художественно-творческих способностей.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
45	16.12.24	2	Промежуточный контроль.	Аудиторная Групповая	Наблюдение Зачёт	16:00 – 18:00
46	18.12.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
47	20.12.24	2	Ритмика. Развитие координации движений.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
48	23.12.24	2	Балетная гимнастика. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
49	25.12.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
50	27.12.24	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
51	10.01.25	2	Ритмика. Развитие координации движений.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
52	13.01.25	2	Балетная гимнастика. Силовые упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
53	15.01.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
54	17.01.25	2	Ритмика. Развитие координации движений.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
55	20.01.25	2	Балетная гимнастика. Силовые упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
56	22.01.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
57	24.01.25	2	Ритмика. Развитие координации движений.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
58	27.01.25	2	Балетная гимнастика. Силовые упражнения.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
59	29.01.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00

			материалом.			
60	31.01.25	2	Балетная гимнастика. Бег. Прыжки.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
61	03.02.25	2	Введение в классический танец. Введение в предмет.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
62	05.02.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
63	07.02.25	2	Балетная гимнастика. Бег. Прыжки.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
64	10.02.25	2	Введение в классический танец. Введение в предмет.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
65	12.02.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
66	14.02.25	2	Балетная гимнастика. Бег. Прыжки.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
67	17.02.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
68	19.02.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
69	21.02.25	2	Балетная гимнастика. Бег. Прыжки.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
70	24.02.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
71	26.02.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
72	28.02.25	2	Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
73	03.03.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение Зачет	16:00 – 18:00
74	05.03.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
75	07.03.25	2	Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
76	10.03.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
77	12.03.25	2	Постановочная работа.	Аудиторная	Наблюдение	16:00 –

			Работа над танцевальным материалом.	Групповая		18:00
78	14.03.25	2	Балетная гимнастика. Элементы акробатики.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
79	17.03.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
80	19.03.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
81	21.03.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
82	24.03.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
83	26.03.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
84	28.03.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
85	31.03.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
86	02.04.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
87	04.04.25	2	Введение в классический танец. Партерная гимнастика.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
88	07.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
89	09.04.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
90	11.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
91	14.04.24	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00

			середине.			
92	16.04.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
93	18.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис у станка.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
94	21.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
95	23.04.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
96	25.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
97	28.04.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
98	30.04.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
99	05.05.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
100	07.05.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
101	12.05.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
102	14.05.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
103	16.05.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на середине.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
104	19.05.25	2	Введение в классический танец. Элементы экзерсис на	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00

			середине.			
105	21.05.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
106	23.05.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
107	26.05.25	2	Постановочная работа. Работа над танцевальным материалом.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00
108	28.05.25	2	Итоговое занятие.	Аудиторная Групповая	Наблюдение	16:00 – 18:00