

**Департамент образования г. Шахты  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Шахты  
Ростовской области «Средняя общеобразовательная школа  
№36 имени Н.В. Шапкина»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим сове-  
том

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по ВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

\_\_\_\_\_  
Дольская И.Г.  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

\_\_\_\_\_  
Зиберова Н.Г.  
Приказ № 229  
от «01» сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
(наименование вида программы)  
Художественная направленность**

**Студия танца «Кристалл»**

**Уровень программы: стартовый/ознакомительный**

**Вид программы: модифицированная**

**Уровень программы: модульная**

**Возраст детей: от 8 до 14**

**Срок реализации: 37 часов**

**Форма обучения: очная**

**Разработчик: педагог дополнительного  
образования Лопаткина Е.М.**

(должность разработчика, ФИО)

г. Шахты  
2023 г.

## Пояснительная записка

Программа «Хореография» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01- 39/06-ГИ.

Программа направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения классического танца.

Программа направлена на формирование разносторонней творческой личности ребёнка и имеет художественно-эстетическую направленность. Танец - незаменимое действенное средство в решении этой задачи, важнейшее звено в создании новой эффективной образовательно-воспитательной системы.

Хореографическое образование – это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры общества в целом.

Известный отечественный психолог Выготский Л.С. подчёркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец с его богатой образно-художественной системой, безусловно, играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творчества. Развитие детского дошкольного творчества – обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

Занятия сочетают в себе обучение основам танцевальных движений классического танца с занятиями гимнастикой (экзерсис на полу).

Этот раздел программы является обязательным, так как хорошо и свободно владеть своим телом в танце может человек физически подготовленный, гибкий и достаточно сильный (имеется в виду мышечная сила).

Такая организация учебного процесса формирует танцевальную культуру, чувство ритма, творческие способности и одновременно позволяет совершенствовать физическую подготовленность, форму и выносливость.

Выход за рамки узкопрофессиональных задач, развитие внимания, мышления, фантазии, активности, художественно-творческих способностей детей путём специального подбора заданий, упражнений, заставляющих их думать, размышлять, анализировать и делать выводы.

## **Педагогическая целесообразность**

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

**Цель:** Развитие художественно-творческих способностей детей средствами танца, с учётом их индивидуальных особенностей.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- Познакомить детей с историей возникновения и развития хореографического искусства.
- Дать навыки основ хореографии с элементами свободной пластики с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.
- Сформировать правильную осанку, укрепить суставно-двигательный и связочный аппарат, скорректировать опорно-двигательный аппарат детей.

#### **Развивающие:**

- Развить элементарные пространственные представления, ориентацию детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных построениях танцевальных рисунков – фигур;
- развить репродуктивное и продуктивное воображение, фантазию, творчество, наглядно-образное, ассоциативное мышление, самостоятельное художественное осмысление хореографического материала;
- развить основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развить природные физические данные.

#### **Воспитательные:**

- Сформировать и совершенствовать межличностное общение («исполнитель – педагог», «участник - ансамбль» (коллектив)).
- Снять мышечные «зажимы» и психологический процесс торможения средствами танца.
- Воспитать дисциплину и навыки организованности в процессе труда.
- Привить навыки работы в коллективе.
- Воспитать интерес к хореографическому искусству.

## Отличительные особенности программы.

Настоящая программа направлена на поэтапное разучивание танца, формирование у обучающихся умения самостоятельно мыслить, принимать чёткие решения в нестандартных ситуациях (например, при возникновении ошибочных действий). В программе нет стандартов.

Отличительной особенностью является ее развивающая направленность, призванная стимулировать интерес обучающихся к танцам и к творческой деятельности в целом.

## Возраст детей и сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 1 года обучения и направлена на привлечение 7 – 8 летних детей к подвижному и активному образу жизни.

### Учебный план программы

№ п/	Наименование предметной области/ Учебный предмет	Полугодие/Кол-во аудиторных часов в неделю		Итоговая аттестация (год обучения)
		I	II	
1	Хореография	2	2	I
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	

Продолжительность учебных занятий составляет 33 недели в год.

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени		Всего
	1-е	2-е	
Год обучения	I		
Полугодия	1-е	2-е	
Количество учебных недель	14	19	33 недели
Аудиторные занятия	28	38	66 часов
Самостоятельная работа	14	19	33 часов

Максимальная учебная нагрузка	42	57	99 часов
-------------------------------	----	----	----------

### **Форма занятий**

Групповая и индивидуально-групповая.

В зависимости от способностей обучающихся может применяться индивидуально-групповая форма занятия, когда педагог уделяет внимание нескольким детям (кто слабо усвоил) в то время, когда другие работают самостоятельно.

Занятия проводятся: 2 раза по 1 часу в неделю.

### **Условия реализации программы**

#### **наличие:**

- оборудованного станками и зеркалами репетиционного зала;
- музыкального инструмента (фортепиано);
- видео- и аудиоаппаратуры;
- небольшой комнаты для хранения сценических костюмов и аксессуаров;
- репетиционная одежда (балетное трико, балетки, купальник, юбочка для девочек, шорты, футболка, носки, балетки для мальчиков).
- гимнастические коврики для занятий на полу.

### **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности По окончании 1 года обучения дети**

#### **Должны знать:**

- азы хореографии, точно «прохлопывать» основной метроритмический рисунок музыки с последующим «протанцовыванием» притопами.
- Построение и все движения партерной гимнастики;
- Музыкальные размеры, темпы и характер музыки
- Музыкальные и хореографические термины.
- Как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык легкого шага с носка на пятку.
- Знать позиции ног и рук классического танца.
- Строение музыкального произведения.

## **Должны уметь:**

- Уметь тактировать руками размеры 2/4, 4/4, 3/4 при двухтактовом вступлении, вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш 4/4).
- Уметь чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного) и уметь передать его в шаге.
- Уметь изображать в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца, выразить образ в родном эмоциональном состоянии – веселья, грусти и т.д.
- Распознать характер музыки, уметь исполнить движения, ходы, элементы русского танца.
- Уметь исполнить переменный шаг.
- Уметь правильно исполнить два подготовительных пор де бра.
- Успешно освоить и выразительно танцевать репертуарную программу, составленную на синтезе хореографии и образно-тематической пластики, пантомимы, гротеска, публично апробировав её перед зрителями на сценической площадке;
- Правильно исполнять экзерсис классического танца у станка, отдельные движения на середине;
- Ориентироваться в репетиционном, сценическом ограниченном пространстве, в основных танцевальных рисунках - фигурах, ракурсах - эпальманах корпуса, уметь двигаться в танце по ходу часовой стрелки, по линии танца.
- Адекватно оценивать свои действия и поступки, чутко относиться к партнёру в танце, к творческим поискам сверстников.
- Иметь задатки самостоятельности, силы воли, развивать их; уметь доводить начатое до конца; осознавать значение своего творческого поиска,
- Определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей.
- Уметь закрыть руку, заканчивая движение в адажио.
- Уметь акцентировать шаг на правую долю такта в марше и в 3/4 –м размере.

## **Будут сформированы и воспитаны:**

- координация движений, осанка,
- физические данные.
- дисциплина,
- трудолюбие,
- умение добиваться результатов.

### **Формы подведения итогов**

- Творческие постановочные работы.
  - Постановка музыкально-танцевальных представлений, хореографических спектаклей и концертных программ.
  - Открытые показы, класс-концерты, мастер-классы.
  - Проверочные задания.
  - Индивидуальная проверка учебного материала педагогом.
- Метод педагогических наблюдений.

### **Формы и методы контроля. Система оценок.**

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации учащихся определяются образовательной организацией. Итоговая аттестация проводится в форме выпускного экзамена. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка

«отлично», «хорошо»,

«удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценок

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Технически качественное и осмысленное художественно исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	Отметка отражает грамотно выполненное исполнение с недочетами (как в техническом так и в художественном).
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно движение, слабая выполненная техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета.
«зачет» (без отметки)	Отражает достаточный уровень исполнения на подготовки и данном этапе обучения.



## Учебно-тематический план

### Задачи:

- освоить экзерсис на полу;
- освоить азы хореографии, гимнастики;
- выявить и развить природные данные;
- освоить ритмические этюды;

№№ п/п	Название разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	2	
2.	Основы партерной гимнастики на середине зала. Ритмическая гимнастика.	19	5	14
2.1.	Комплекс упражнений для развития стоп, гибкости и выворотности.	19	6	13
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	11	2	9
2.3.				
3.	Основы танцевальных движений классического танца	10	4	6
4.	Ритмические этюды.	7	2	5
	<b>Итого:</b>	<b>70</b>	<b>21</b>	<b>47</b>
	Итого – организационные мероприятия.	2		2
	<b>Всего:</b>	<b>70</b>	<b>21</b>	<b>49</b>

# Содержание программы

## Тема 1. Вводное занятие

Встреча, знакомство с детьми. Беседа по поведению на занятиях, в Дометворчества, и общественных местах.

Правила техники безопасности на занятиях. Правила дорожногдвижения.

Режим занятий. План работы на год.

Беседа по программе – краткий обзор занятий. Требования к репетиционной форме, обуви.

## Тема 2. Основы партерной гимнастики на середине зала.

Упражнения рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц.

Упражнения партерной гимнастики направлены на: укрепление мышц спины и брюшного пресса прогиба назад, укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед, укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны, укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, укрепление и развитие стоп, укрепление мышц плечевого пояса. А также упражнения для тренировки равновесия и дополнительные упражнения.

### Ритмическая гимнастика.

Ритмическая гимнастика направлена развитие слуховых способностей детей. Задания и упражнения ритмической гимнастики помогают детям лучше понять музыку и строение музыкального произведения. На занятиях дети узнают основные ритмические термины, знакомятся с понятиями динамики.

Занятия положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмернуювозбудимость и нервозность.

### Упражнения для развития стоп, гибкости и выворотности.

Эти упражнения помогают развить природные данные детей. Комплекс данных упражнений помогает детям познакомиться со строением своего мышечного аппарата. Помогает узнать разные гимнастические упражнения. Комплекс таких упражнений помогает подготовить детей к занятиям классического танца. Развитие разных частей опорно – двигательного аппарата способствует качественному изучению дальнейшего предмета – «классический танец». Занятия на развитие природных данных так же

способствует развитию мышления у детей, способности анализировать и применять полученные знания.

### **Общеразвивающие упражнения.**

Общеразвивающие упражнения помогают детям быстрее подготовить свое тело к занятиям. Выбатывает способность детей к физическому развитию. Помогает развить у детей силу воли, упорство и трудолюбие, что является неотъемлемой частью хореографического искусства.

### **Практическая работа:**

#### **Ходьба (шаги):**

- на всей стопе;
- на полупальцах;
- на пятках;
- с высоким подниманием бедра;

#### **Бег:**

- с вытянутыми ногами вперед на месте и в продвижении;
- с согнутыми ногами назад на месте и в продвижении;
- с высоким подниманием бедра «лошадки»;
- галоп в продвижении в сторону из прямой позиции.

#### **Повороты и наклоны головы:**

- вперед, назад, вправо, влево, круговые движения головой.

#### **Упражнения для рук:**

- круговые движения рук кистью, локтем, всей рукой;
- упражнения для плеч: поочередные и одновременные поднимания и опускания плеч, круговые движения плеч, движения плеч вперед-назад;
- «ножницы» и «замок».

#### **Упражнения для ног:**

- полуприседания по I прямой позиции с последующим подъемом на полупальцы;
- из положения I прямой позиции (руки на поясе) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (*passé*) и возвращается в исходное положение;
- «солдатики»: (резкий подъем рабочей ноги с одновременным резким подниманием рук одна в сторону - другая к груди);

#### **Повороты и наклоны корпуса:**

- вперед, назад, вправо, влево. **Упражнения для стоп Лежа на полу:**
- сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- поднять ноги на 45°, сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- круговые движения стоп (вытянуть стопы по I прямой позиции, сократить стопы, развернуть стопы в I выворотную позицию, вытянуть стопы по I выворотной позиции);

### **Сидя на коленях:**

- пятки плотно прижаты друг к другу (I прямая позиция), руки в положении упора у коленей спереди на полу: опираясь на руки, поднять бедра с одновременным вытягиванием коленей обеих ног и, упираясь на подъемы ног, вернуться в исходное положение;

**Сидя на пятках на полу** (стопы обеих ног в I выворотной позиции);

### **Стоя на полу по I прямой позиции:**

- поставить ногу на полупальцы, перевести на вытянутые пальцы, вернуться в исходное положение (исполнять поочередно с каждой ноги);

- подъем (relevé) на полупальцы на обеих ногах с возвращением в исходное положение.

### **Упражнения на развитие выворотности. Лежа на спине:**

- развернуть ноги из I прямой в I выворотную позицию;

### **«Лягушка»:**

а) лежа на спине; б) лежа на животе; в) сидя на полу:

- с наклоном корпуса вперед. **Упражнения на развитие гибкости. Лежа на животе:**

- «колечко»;

- «корзиночка»;

- «лодочка».

**«Кошечка»; «Мостик»** из положения: - лежа на спине.

### **Упражнения на развитие шага. Лежа на спине:**

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 90° вперед с опусканием в исходное положение;

- резкие броски вытянутых ног в выворотном положении на 90° вперед (4-8 раз правой ногой, 4-8 раз левой ногой);

- подъем вытянутых ног в выворотном положении на 90° и разведение (раскрывание) ног в стороны до положения «шпагат».

### **Сидя на полу с открытыми (разведенными) ногами в сторону:**

- наклоны корпуса вперед с вытянутыми стопами;

- наклоны корпуса вперед с поворотом туловища к правой и левой ноге с вытянутыми стопами.

### **Шпагаты:**

- прямой (поперечный);

- с правой ноги, с левой ноги.

### **Прыжки**

- трамплинные прыжки по I прямой позиции;

- подскоки на месте и с продвижением;

- перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением («лошадки»);

- прыжки по I выворотной позиции с сокращенными стопами «пингвинчики»;

- прыжки с поджатыми ногами по I прямой позиции;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног в сторону («козлик»);
- прыжки с поворотом вокруг себя на четверть круга (90°).

### **Общеразвивающие упражнения**

**Силовые упражнения для мышц живота:** - качать пресс корпусом, ногами;

- сидя на полу, держать уголок.

**Силовые упражнения для мышц спины:**

- лежа на животе, подъем и опускание корпуса с руками открытыми в сторону или вытянутыми вперед; - лежа на животе, подъем и опускание ног (руки вытянуты вдоль туловища ладонями вниз на полу).

**Упражнения для развития равновесия (устойчивости) Упражнения для развития координации.**

### **Тема 3. Элементы классического танца.**

Классический танец дает основной фундамент знаний в изучении танцевального искусства. При регулярных занятиях у детей развиваются элементарные навыки координации движений, формируются технические приемы, приобретается хорошая танцевальная форма.

На начальном этапе изучения предмета нужно строго следить за правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы, груди и бедер. Обращать внимание на положение всей стопы в полной и неполной выворотности.

#### **Практическая работа:**

1. Основные позиции ног (I-ая, II-ая, III-я, VI-ая).
2. Основные позиции рук (подготовительная, I-ая, III-ая).
3. Releves по VI-ой или невыворотной I-ой позиции в сочетании с demi-plies
4. Трамплинные прыжки (развитие прыжка, ахилла).
5. «Поджатые» (развитие прыжка, ахилла).
6. Подскоки.
7. Хлопки в ладоши соло и в паре.
8. Движения плеч и корпуса: подъем и опускание плеч, наклоны корпусавперёд и в сторону, повороты, выводя одно плечо вперед;
9. Ведение рабочей согнутой ноги по опорной ноге вверх, сгибая её в колене (retere) по VI позиции;

### **Тема 4. Ритмические этюды.**

Ритмические этюды содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности детей. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование.

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном

танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение.

Программой предусмотрены сюжетно - ролевые игры, подвижные этюды, общеразвивающие этюды, музыкально – ритмические игры, этюды на закрепление основных движений, этюды направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, этюды на развитие слуха, чувства ритма. Этюды могут быть включены как в занятия, так и в отчетные концерты, итоговые занятия.

### **Практическая работа**

1. Творческая импровизация (развитие танцевальности, музыкальности)
  2. Танцевальные движения – этюды на русском материале.
  3. Музыкальные размеры (2/4, 3/4)
  4. Ритмичные музыкальные темпы (медленно, быстро)
  5. Ориентация в пространстве, простейшие ритмические рисунки хлопков, притопах, шагах.
  6. Динамика в музыке.
  7. Темпы в музыке.
  8. Строение музыкального произведения.
7. Ритм и длительности нот.

### **Методическое обеспечение образовательной программы**

В основу разработки программы положены педагогические технологии, ориентированные на формирование общекультурных компетенций обучающихся:

- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- личностно-ориентированная технология;
- компетентного и деятельностного подхода.
- здоровьесберегающие,
- игровые,
- проблемного обучения.
- Методы и приемы обучения, можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

**Наглядный метод** включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец - показ движения лучшими исполнителями,
- наглядно-слуховой приём,

- использование наглядных пособий.

**Словесный метод** состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- инструкция,
- беседа,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- прием раскладки хореографического па.

**Практический метод** обогащен комплексом приёмов:

- игровой приём.
- соревновательность,
- комплексный прием обучения,
- динамичность (повторяемость движений),
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений,
- развитие пластических линий,
- хореографическая импровизация,
- приём художественного перевоплощения.

Очень эффективен **психолого-педагогический метод**:

- приём педагогического наблюдения,
- проблемного обучения и воспитания,
- приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- приём контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановитель-

ного отдыха,

- педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого ребенка, обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации; использование пластических образов-метафор).

Начальный этап познания и освоения экзерсиса на полу и хореографии с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азов хореографии, игровой гимнастики, образных музыкально – танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков – фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребенка.

## **Структура занятия:**

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал;
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- разминка.

*Вторая часть занятия (основная):*

- изучение ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами.
- Ритмические этюды.
- Повторение пройденного материала.
- Ориентация в пространстве;
- Повторение элементарных движений танцевальной азбуки
- Гимнастические упражнения на ковриках.
- Повторение пройденных упражнений.
- Разучивание новых элементов.
- Упражнения для развития стоп, выворотности и гибкости.

*Третья часть занятия (заключительная):*

- закрепление ритмического материала;
- закрепление изученных гимнастических упражнений;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.



№ п/п	Наименование темы, Задание	Дата	Кол-во часов
1.	Экзерсис у станка: Demi plie по I, II и V позициям.	01.09.23	1
2.	Grand plie по I, II и V позициям.	04.09.23. 08.09.23	1 1
3.	Battements tendus из V позиции.	11.09.23 15.09.23	1 1
4.	Passe par terre.	18.09.23 22.09.23	1 1
5.	Battement tendu jete из V позиции.	25.09.23 29.10.23	1 1
6.	Rond de jamb par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.	02.10.23 06.10.23	1 1
7.	Положение sur le cou le pied- спереди, сзади и обхватное.	09.10.23 13.10.23	1 1
8.	Battements fondus в сторону, вперед и назад.	16.10.23 20.10.23	1 1
9.	Battements frappes-в сторону, вперед и назад, носком в пол.	23.10.23 27.10.23	1 1
10.	I-oe port de bras.	30.10.23 03.11.23	1 1
11.	Battements releve lents на 45 и на 90 из I и V позиции в сторону, вперед и назад.	06.11.23 10.11.23	1 1
12.	Grand battement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад.	13.11.23 17.11.23	1 1
13.	Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).	20.11.23 24.11.23	1 1
14.	Relevés на полупальцы в I, II и V позиции с вытянутых ног.	27.11.23 01.12.23	1 1
15.	Середина зала: Demi plies по I, II и V позициям en face.	04.12.23 08.12.23	1 1
16.	Battements tendus из V позиции en face.	11.12.23 15.12.23	1 1
17.	Temps lie на середине зала.	18.12.22 22.12.23	1 1
18.	I, II, III port de bras. IV port de bras.	25.12.23 29.12.23	1 1
19.	Прыжки soute по I, II и V позициям Прыжки echarpe из V во II позиции.	12.01.24 15.01.24	1 1
20.	Вращение по диагонали.	19.01.24 22.01.24	1 1
21.	Экзерсис у станка: Demi plie по I, II и V позициям	26.01.24 29.01.24	1 1
22.	Grand plie по I, II и V позициям.	02.02.24 05.02.24	1 1
23.	Battements tendus из V позиции.	09.02.24 12.02.24	1 1
24.	Passe par terre.	16.02.24 19.02.24	1 1
25.	Battement tendu jete из V позиции.	23.02.24 26.02.24	1 1

26.	Rond de jamb par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.	01.03.24 04.03.24	1 1
27.	Положение sur le cou le pied- спереди, сзади и обхватное.	11.03.24 15.03.24	1 1
28.	Battements fondus в сторону, вперед и назад.	18.03.24 22.03.24	1 1
29.	Battements frappes-в сторону, вперед и назад, носком в пол.	25.03.24 29.03.24	1 1
30.	I-oe port de bras.	01.04.24 05.04.24	1 1
31.	Battements releve lents на 45 и на 90 из I и V позиции в сторону, вперед и назад.	08.04.24 12.04.24	1 1
32.	Grand battement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад.	15.04.24 19.04.24	1 1
33.	Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).	22.04.22 26.04.24	1 1
34.	Relevés на полупальцы в I, II и V позиции с вытянутых ног.	29.04.24 03.05.24	1 1
35.	Середина зала: Demi plies по I, II и V позициям en face.	06.05.24 10.05.24	1 1
36.	Battements tendus из V позиции en face.	13.05.24 17.05.24	1 1
37.	Temps lie на середине зала.. II, III port de bras. IV port de bras. Прыжки soute по I, II и V позициям Прыжки echarpe из V во II позиции. Вращение по диагонали.	20.05.24 24.05.24	1 1
38.	Подготовка к концертному выступлению. Концертное выступление для родителей.	27.05.24 31.05.24	1 1

## Список литературы для педагога

1. Буренина А. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: ЛОИРО, 2000.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.: Ланб, 2001.
3. Васильева Т. Балетная осанка: Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. - М., 1993.
4. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968.1998.
5. Конова Е. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963.
6. Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980.
7. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений СПО. – М.: Век информации, 2009.
8. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам // Джим Холл; пер. с англ. Т. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009.

### **Список литературы для детей и родителей**

1. Князев Б. Партерная гимнастика или школа танца без станка.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.: Ланб, 2001.
3. Конова Е. Методическое пособие по ритмике. Занятия по ритмике в подготовительных классах. Вып. 1. – М.: Музгиз, 1963

