

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПАВЛОВСКИЙ РАЙОН

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества»
станции Атаманской муниципального образования Павловский район
(МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской)

Принята на заседании
педагогического совета
от «23» мая 2022 г.
Протокол № 6

Утверждаю
И.о. директора МБОУ ДО
ДДТ ст. Атаманской
_____ В.Н. Кахикало
приказ № 63
от «23» мая 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Акробатический танец»
(наименование программы)

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 3 года 216 часов

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ИД-номер Программы в Навигаторе: **7288**

Автор-составитель:
Котышева Валентина Григорьевна,
педагог дополнительного образования

ст. Атаманская, 2022

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка

Акробатический танец является одним из ключевых моментов в выработке мотивации учащегося на сознательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатический танец» сочетает музыку, хореографию, акробатические движения, что позволяет в полной мере реализовать творческие возможности учащегося, расширить его внутренний потенциал.

Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года N 678-р.

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Москва, 2015 г.).

7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Краснодар, 2020 г.).

Совокупность танца, основанного на правилах свободной пластики, грамотно выполненные акробатические поддержки с элементами гимнастики в сочетании с эмоциональной подачей - оказывают благотворное влияние на художественно-эстетическое воспитание учащегося и формирование его внутреннего потенциала. Поэтому данная программа **имеет художественную направленность.**

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Новизна. Данная программа адаптирована для разновозрастных учащихся с разными возможностями и способностями. Хотя основу программы составляют акробатические трюки, тем не менее, они приемлемы для учащихся, **не обладающих** специальными навыками или способностями; и также для учащихся, которые **обладают** навыками или способностями. Им предлагаются более сложные элементы. Особое значение уделяется развитию

координации. Этот процесс наиболее сложный, поэтому активно применяются здоровьесберегающие технологии. Предлагаемый материал программы позволяет шире представить сам акробатический танец, что способствует творческой самореализации учащихся.

Актуальность. Спортивный танец завоевывает всё большую популярность в повседневной жизни. Вполне закономерно, что интерес к этой форме работы возникает в процессе физического воспитания учащихся. Данная программа удовлетворяет потребность учащихся к движению, самореализации. Акробатический танец позволяет систематизировать навыки спорта и танца в единое целое. Поскольку у каждого учащегося есть желание выделиться среди сверстников, то здесь можно реализовать его творческий и физический потенциал, что обеспечивает учащимся возможность поверить в свои силы. В процессе сотворчества педагога и учащегося у него формируется и эстетический вкус, осуществляется воспитание общечеловеческих принципов. Всё это делает программу актуальной.

Педагогическая целесообразность. Акробатический танец всегда пользуется популярностью как у зрителей, так и у исполнителей. Создаётся ситуация успеха. Умение выполнить трюковую часть с помощью танцевальных движений позволяет овладеть и актёрским мастерством, что способствует развитию исполнительского мастерства в танцах. Акробатические упражнения не только способствуют развитию физических данных (силы, ловкости, выносливости), которые пригодятся учащемуся в жизни, но также воспитывают характер. Постоянное преодоление себя и самодисциплина рождает внутреннюю силу. Все победы начинаются с победы над собой. Разновозрастной подбор учащихся в группе позволяет более слабому тянуться за сильным, а старшему помогать и заботиться о младшем.

Акробатический танец играет немаловажную роль в воспитании учащихся. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Отличительные особенности программы

Особенность программы обусловлена тем, что совокупность классического танца, основанного на физической пластике, грамотно использованная и хорошо выполненная акробатика с элементами художественной гимнастики в сочетании с эмоциональной восприимчивостью, воплощённая в движении, оказывает благотворное влияние на художественно-эстетическое воспитание и ритмопластическое развитие учащихся.

Данная программа разработана на основе программы «Хореография, основы циркового искусства», реализуемой в учреждении. Учитывая опыт действия этой программы (более 10 лет), а также опыт программ «Грация», «Акробатика» был предложен синтез акробатических связок, выборочно

добавлены акробатические упражнения; упражнения по актёрскому мастерству, учитывая специфику акробатического танца.

Для успешного освоения новых упражнений учебный процесс строится на основе взаимообучения и взаимопомощи. При создании репертуара учитываются индивидуальные особенности, что способствует реализации одарённых учащихся. Использование разных систем сценического движения (основы классического танца, ритмопластика, акробатический танец и др.), каждый учащийся может познать и реализовать свои возможности.

Данная программа способствует разностороннему развитию учащихся (предложенный программный материал за счёт синтеза культур многогранен): как физическому, так и эстетическому, нравственному, что способствует более успешной социализации и адаптации учащихся в обществе.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся 7 - 17 лет. Составлена с учётом возрастных особенностей учащихся.

Младший школьный возраст (7-11 лет) характеризуется: восприимчивостью, внушаемостью, податливостью, большой подражаемостью, любознательностью, любовью и интересом к играм. Девочки более спокойны и уравновешены, мальчикам свойственна нетерпеливость и торопливость. Также в этом возрасте происходит интенсивное развитие костно-мышечного аппарата. Учащийся более гибкий, но быстро устаёт и теряет внимание, поэтому следует чаще чередовать упражнения и задания. Лучше их предлагать в игровой форме.

Средний школьный возраст (11-14 лет) характеризуется началом этапа полового созревания. В связи с этим происходят следующие изменения: учащиеся чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро проходят. Применяются щадящие методы и формы взаимодействия с учащимися. Мальчики и девочки развиваются неравномерно, девочки заметно опережают мальчиков. Повышается физическая выносливость, мышечная активность. Отмечается потребность к выполнению более сложных элементов.

Подростковый возраст (15-17 лет) характеризуется эндокринными изменениями, возможен скачок в росте, перестройка моторного аппарата, и, как следствие, резкое изменение настроения, бурное и непосредственное выражение эмоций. Главная потребность этого возраста – потребность в общении со сверстниками. Общение – это познание себя через других, поиск самого себя, внимание к своей внутренней жизни, самоутверждение личности. Эмоциональная сфера имеет колоссальное значение в жизни подростка. Разум отходит на второй план. В этом возрасте они любят «купаться» в собственных эмоциях – печали, одиночества, гнева, чувстве вины, эйфории. Необходимо грамотно регулировать такие эмоциональные всплески, особенно в разделе «импровизация», учитывать на занятиях,

особенно при подготовке солиста. В этом возрасте подростков не удовлетворяют простые и доступные танцевальные движения, поэтому даётся более сложный материал, в значительно быстром темпе.

В группах допускается разновозрастной диапазон учащихся. Это связано с выполнением акробатических связок, трюков, что является неотъемлемой составляющей данного направления танцевальной деятельности.

Набор осуществляется независимо от их пола, способностей и умений, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям данными видами деятельности. В группу второго года обучения могут поступать вновь прибывшие учащиеся на основе собеседования и входного тестирования-осмотра. Недостающие навыки и умения восполняются в процессе обучения.

Занятия в объединении проводятся по группам. Количество учащихся в группах определяется Уставом учреждения. Состав групп – разновозрастный.

Уровень программы, объёмы и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы

Продолжительность образовательного процесса – 36 календарных недель. Программа реализуется на **базовом уровне**. Данная программа способствует освоению базовых навыков, как в хореографическом искусстве, так и в акробатике. Общее количество учебных часов за весь период обучения – 576 часов. Срок освоения программы – 3 года. Распределение количества часов по годам обучения:

- 1 год обучения - 144 часа;
- 2 год обучения - 216 часов;
- 3 год обучения – 216 часов.

Форма обучения по данной программе – очная.

Режим занятий

- 1 год обучения (144 часа): 2 раза в неделю по 2 часа;
- 2 год обучения (216 часов): 3 раза в неделю по 2 часа;
- 3 год обучения (216 часов): 3 раза в неделю по 2 часа.

Занятия проводятся с 15- минутным перерывом после каждого занятия. Продолжительность одного занятия - 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы – постоянный. Учебные занятия каждого года обучения проводятся группами.

Основной формой работы являются учебные занятия, а также занятие-конкурс, занятие-мастер-класс, занятие-концерт.

Для повышения интереса к данному виду деятельности на занятиях демонстрируется большое количество фото- и видеоматериалов; планируется посещение занятий других танцевальных коллективов, мастер-классов, встречи с выпускниками.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: содействие развитию социально активной, творческой личности посредством акробатического танца.

Цель 1-го года обучения: познакомить учащихся с базовыми упражнениями акробатического танца, определяя их сценические, физические способности.

Задачи:

Образовательные:

1. Познакомить с понятием «ритм».
2. Научить выполнять построения, перестроения, различные шаги под музыку.
3. Научить выполнять элементы классического танца.
4. Научить выполнять основные элементы гимнастики, акробатики.
5. Научить выполнять танцы и танцевальные композиции.

Личностные:

1. Развивать умение держать корпус.
2. Развивать умение слушать и слышать музыку.
3. Способствовать развитию физических данных учащихся.

Метапредметные:

1. Воспитывать культуру общения, чувство коллективизма.
2. Формировать умение понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
3. Формировать навыки ведения здорового образа жизни.

Цель 2-го года обучения: овладеть навыками исполнения акробатического танца.

Задачи:

Образовательные:

1. Научить навыкам хореографии, акробатики.
2. Научить самостоятельно использовать навык страховки и само страховки при выполнении гимнастических и акробатических элементов.
3. Научить работе с предметами (обручи, гимнастические палки, сценические флаги, ткань).
4. Научить исполнять танцы, используя полученный опыт.

Личностные:

1. Формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни, мотивацию к творческому труду, работе на результат.
2. Развивать точность выполняемых элементов, элементов с предметами.
3. Продолжить развитие физических данных учащихся.
4. Способствовать развитию импровизации.

Метапредметные:

1. Прививать любовь к танцу.
2. Воспитывать силу воли, самостоятельность, настойчивость.
3. Воспитывать чувство коллективизма.

Цель 3-го года обучения: создание условий для творческой самореализации через исполнение акробатического танца.

Задачи:**Образовательные:**

1. Совершенствовать технику исполнения хореографических, акробатических элементов, танцев.
2. Расширять теоретические знания в области танцев.
3. Способствовать профессиональному самоопределению.

Личностные:

1. Содействовать развитию творческих способностей обучающихся через самостоятельную деятельность при разучивании танцев.
2. Содействовать мотивации обучающихся к занятиям данными видами деятельности, самообразованию.
3. Развивать дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

1. Содействовать формированию художественного вкуса.
2. Прививать навыки ведения здорового образа жизни.

**1.3. Содержание программы
Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения					
1.	Вводное занятие	2	-	2	Выполнение определённых элементов
2.	Ритмопластика	8	2	6	
3.	Акробатика	26	6	20	
4.	Гимнастика	26	6	20	
5.	Работа с предметами	20	3	17	Выполнение комплекса упражнений
6.	Основы хореографии	22	2	20	
7.	Региональный компонент	8	2	6	
8.	Постановочная работа	22	4	18	
9.	Воспитательная работа	4	-	4	
10.	Профориентационная работа	4	4	-	
11.	Итоговое занятие	2	-	2	Концерт
12	Итого:	144	29	115	

2 год обучения					
1.	Вводное занятие	2	-	2	Выполнение определённых элементов
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	24	3	21	
3.	Акробатика	36	6	30	
4.	Гимнастика	36	9	27	
5.	Работа с предметами	28	7	21	
6.	Основы хореографии	28	4	24	Выполнение творческого задания
7.	Региональный компонент	8	1	7	
8.	Постановочная работа	32	8	24	
9.	Актёрское мастерство	12	3	9	
10.	Воспитательная работа	4	-	4	
11.	Профориентационная работа	4	4	-	
12.	Итоговое занятие	2	-	2	Концерт
13.	итого	216	45	171	
3 год обучения					
1.	Вводное занятие	2	-	2	Выполнение определённых элементов
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	24	3	21	
3.	Акробатика	36	6	30	
4.	Гимнастика	36	9	27	
5.	Работа с предметами	28	7	21	
6.	Основы хореографии	28	6	22	Выполнение творческого задания
7.	Региональный компонент	8	1	7	
8.	Постановочная работа	32	6	26	
9.	Актёрское мастерство	12	3	9	
10.	Воспитательная работа	4	-	4	
11.	Профориентационная работа	4	4	-	
9	Итоговое занятие	2	-	2	Концерт
	Итого	216	45	171	

Содержание учебного плана

1 год обучения

1. Вводное занятие 2ч.

Практика: знакомство с планом работы на 1 год обучения. Беседа о хореографических коллективах, о культуре поведения. Правила по технике безопасности. Общий осмотр обучающихся на основе специальных упражнений. Построение и перестроение. Выполнение упражнений. Просмотр видеоматериала.

Аттестация/контроль: выполнение определённых элементов.

2. Ритмопластика 8ч.

Теория: понятие о ритмопластике, терминология упражнений, понятие о ритме музыкальных произведений.

Практика: выполнений упражнений под музыкальный размер 2-4, 4-4. Партерная гимнастика.

3. Акробатика 26ч.

Теория: основные акробатические термины: кувырки, мост, змейка, стойки, перекаты, колесо, переворот. Понятия: акробатическая поддержка, верхний, нижний сходы, входы, равновесие. Причины травматизма и меры его предупреждения.

Практика: разучивание акробатических упражнений: «мосты» разных видов, «змейка», стойки со страховкой педагога; перекаты со страховкой педагога, поддержки, положения рук при выполнении поддержек, колесо, переворот разных видов; выполнение самостраховки; выполнение сходов с плеч, с бедра, упражнения на равновесия.

4. Гимнастика 26ч.

Теория: знакомство с гимнастическим залом, оборудованием, инвентарём. Гимнастические термины. Понятия страховка и самостраховка.

Практика: выполнение гимнастических упражнений. Выполнение упражнений: «мост» из положения сидя, стоя, лёжа, шпагаты, полушпагат, вытяжка на животе, корзиночка, лодочка, поднятие ноги до уровня груди, плеча; темповой подскок (вальсет), махи ногами.

5. Работа с предметами 20ч.

Теория: понятия о владении гимнастическим предметом: палка, обручи.

Практика: владение гимнастической палкой: «восьмёрки», «зеркала», крутка; владение обручем: «восьмёрка», «зеркало», вращение на коленях, на кистях.

Аттестация/контроль: выполнение комплекса упражнений.

6. Основы хореографии 22ч.

Теория: понятия и терминология основных хореографических элементов. Беседа о культуре, истории танца. Влияние хореографии на здоровье.

Практика: Выполнение позиций ног, рук классического танца; выполнение позиций ног, рук народного танца; вращение «ножницы», танцевальный бег, подскоки, галоп, прыжки с двух ног, танцевальные шаги.

7. Региональный компонент 8ч.

Теория: знакомство с танцевальной культурой Кубани. Теоретические понятия хореографических навыков.

Практика: положения рук в кубанском танце (женская партия, мужская партия), танцевальные рисунки, танцевальные элементы: «мельница», «тынок», «дорожка», «волчок», «дробушки».

8. Постановочная работа 22ч.

Теория: понятия о сценических точках, диагональ, танцевальная связка, сюжет танца.

Практика: выполнений движений по сценическим точкам, по диагонали. Выполнение этюдов, танцев.

9. Воспитательная работа 4ч.

Практика: мероприятия по сохранению здоровья, патриотического, экологического и духовно-нравственного воспитания, безопасности.

10. Профориентационная работа 4ч.

Теория: знакомство учащихся с профессиями в области хореографического искусства.

11. Итоговое занятие 2ч.

Практика: участие обучающихся в отчётном концерте.

Аттестация/контроль: концерт.

2 год обучения

1. Вводное занятие 2ч.

Практика: знакомство с планом работы на 2 год обучения. Беседа о хореографических коллективах, о культуре поведения. Подведение итогов прошлого года. Правила по технике безопасности. Перестроение, разминка. Выполнение изученных ключевых упражнений. Просмотр видеоматериала.

Аттестация/контроль: выполнение определённых элементов.

2. Общая физическая подготовка (ОФП) 24ч.

Теория: теоретические понятия о правильной работе мышцы, правильном выполнении восстановительных упражнений. Правила различных подвижных игр, эстафет.

Практика: выполнение силовых упражнений на различные группы мышц, комплекс восстановительных упражнений, комплекс упражнений для позвоночника. Подвижные игры. Эстафеты.

3. Акробатика 36ч.

Теория: основные акробатические термины: стойки на локтях, на кистях; кувырки, перекат, «змейка», «пирамида» на двух партнёрах. Причины травматизма.

Практика: выполнение упражнений на равновесие, стойки у опоры, выполнение акробатических упражнений: «мосты», арабеск на правую и левую ноги, задний арабеск. Стойки со страховкой педагога, кувырки вперёд, назад, «пирамиды» из двух человек. Выполнение акробатического этюда.

4. Гимнастика 36ч.

Теория: понятия «дорожка», поперечный, долевого прыжок, вращение на стопе. Понятие о правильном выполнении гимнастических упражнений.

Практика: выполнение «дорожки», поперечный, долевого прыжок, вращение на стопе (свободная нога на уровне пояса), колесо на одной руке. Выполнение гимнастического этюда.

5. Работа с предметами 28ч.

Теория: теоретические понятия о правилах владения двумя обручами («зеркала», «блюдца», «восьмёрки», перебросы вверх и др.), гимнастической палкой (вращения перед собой, вращения за спиной) с гимнастическим мячом (прокат по руке, подбрасывания, перебросы в паре), с тканью.

Практика: выполнение владения двумя обручами («зеркала», «блюдца», «восьмёрки», перебросы вверх и др.), гимнастической палкой (вращения перед собой, вращения за спиной) с гимнастическим мячом (прокат по руке, подбрасывания, перебросы в паре), с тканью.

6. Основы хореографии 28ч.

Теория: понятия: постановка корпуса (апломб), позиций ног, упражнения на выразительность работы рук, батман тандю с I позиции в сторону, вперёд, назад. Экзерсис у станка, на середине зала. Понятия о правильном выполнении трюковых элементов.

Практика: постановка корпуса, позиций ног (I – IV), выворотность ног, упражнения на выразительность работы рук. Деми плие по I позиции ног, батман тандю жете с I позиции в сторону, вперёд, назад. Выполнение трюковых элементов. Выполнение акробатических танцев, этюдов. Выполнение позиций ног, рук классического танца; выполнение позиций ног,

рук народного танца; вращение «ножницы», вращение перескоком, танцевальный бег, подскоки, галоп, прыжки с двух ног, танцевальные шаги.

Аттестация/контроль: выполнение творческого задания.

7. Региональный компонент 8ч.

Теория: знакомство с особенностями танцевальной культуры Кубани, манерой исполнения казачьего танца.

Практика: танцевальные рисунки, танцевальные элементы: «мельница», «тынок», «дорожка», «волчок», дробные выстукивания, «качалка», «бигунцы», проходка, присядки; стилизованный кубанский танец.

8. Постановочная работа 32ч.

Теория: понятия о сценических точках, диагональ, танцевальная связка, сюжет танца.

Практика: выполнений движений по сценическим точкам, по диагонали. Выполнение акробатических этюдов.

9. Актёрское мастерство 12ч.

Теория: понятия о способах сценической жестикуляции, упражнения для мышц лица.

Практика: выполнение упражнений сценической жестикуляции, упражнения для мышц лица.

10. Воспитательная работа 4ч.

Практика: мероприятия по сохранению здоровья, патриотического, экологического и духовно-нравственного воспитания, безопасности.

11. Профорientационная работа 4ч.

Теория: знакомство учащихся с профессиями в области хореографического искусства.

12. Итоговое занятие 2 ч.

Практика: участие учащихся в отчётном концерте.

Аттестация/контроль: концерт.

3 год обучения

1. Вводное занятие 2ч.

Практика: знакомство с планом работы на 3 год обучения. Беседа о предыдущих выступлениях: успехи и недостатки. Культура поведения. Правила по технике безопасности. Построение, перестроение, разминка. Выполнение основных упражнений, движений. Просмотр видеоматериала.

Аттестация/контроль: выполнение определённых элементов.

2. Общая физическая подготовка (ОФП) 24ч.

Теория: теоретические понятия о парных упражнениях, о правильном выполнении силовых упражнений, о правильном дыхании во время выполнения силовых упражнений.

Практика: выполнение упражнений в паре, выполнение силовых упражнений, упражнения на развитие координации, ловкости, выносливости (перебрасывания мяча друг другу во время бега), различные прыжки на скакалке в течении 5 мин., эстафеты.

3. Акробатика 36ч.

Теория: акробатические термины: стойки на локтях, на кистях, кувырки, перекат, «змейка», стойка на груди. «Пирамиды», поддержки. Причины травматизма. Страховка и самостраховка. Понятия о правильном выполнении восстановительных упражнений.

Практика: выполнение акробатических упражнений: «мосты», вытяжка, стойка с локтей без страховки педагога, «змейки», «пирамиды», поддержки. Выполнение упражнений на равновесие, стойки у опоры, выполнение акробатических упражнений: арабеск на правую и левую ноги, задний арабеск, соскоки, перескоки. Выполнение акробатического этюда.

4. Гимнастика 36ч.

Теория: понятие об общеразвивающих упражнениях. Техника страховки и самостраховки. Понятия о гимнастических этюдах.

Практика: общеразвивающие упражнения (для рук, плечевого пояса, для шеи, туловища, ног). Упражнения на гибкость («бабочка», «уголок» стоя, шпагаты, «мосты»), упражнения на растягивание, растягивание в парах. Выполнение гимнастического этюда.

5. Работа с предметами 28ч.

Теория: теоретические понятия о правилах владения двумя обручами («зеркала», «блюдца», «восьмёрки», перебросы вверх и др.), гимнастической палкой (вращения перед собой, вращения за спиной) с гимнастическим мячом (прокат по руке, подбрасывания, перебросы в паре), с тканью («купол», «волна», «звезда»), с гимнастической лентой («зигзаг», «заборчик», «цветок» и др.).

Практика: выполнение владения двумя обручами («зеркала», «блюдца», «восьмёрки», перебросы вверх и др.), гимнастической палкой (вращения перед собой, вращения за спиной) с гимнастическим мячом (прокат по руке, подбрасывания, перебросы в паре), с тканью («купол», «волна», «звезда»), с гимнастической лентой («зигзаг», «заборчик», «цветок» и др.).

6. Основы хореографии 28ч.

Теория: понятия: постановка корпуса (апломб), позиций ног, упражнения на выразительность работы рук, батман тандю с I позиции в сторону, вперёд, назад. Понятия о правильном выполнении трюковых элементов для мальчиков, для девочек.

Практика: постановка корпуса, позиций ног (I – VI), выворотность ног, упражнения на выразительность работы рук. Экзерсис у станка, на середине зала. Выполнение трюковых элементов для мальчиков, для девочек. Выполнение позиций ног, рук классического танца; выполнение позиций ног, рук народного танца; вращение «ножницы», вращение перескоком, танцевальный бег, подскоки, галоп, прыжки с двух ног, танцевальные шаги, выполнение ретире-пассе, гран батман по I позиции, II, III, пор де бра, боковое пор де бра по I и II позициям ног. Выполнение прыжков.

Аттестация/контроль: выполнение творческого задания.

7. Региональный компонент 8ч.

Теория: знакомство с особенностями танцевальной культуры Кубани, манерой исполнения казачьего танца и его историей.

Практика: движения в парах. Танцевальные рисунки, танцевальные элементы: «мельница», «тынок», «дорожка», «волчок», дробные выстукивания, «качалка», «бигунцы», ходы, присядки, хлопучки, вращения. Стилизованный кубанский танец.

8. Постановочная работа 32ч.

Теория: понятия о сценических точках, диагональ, танцевальная связка, сюжет танца. Понятия о сценических рисунках: по диагонали, «крест», «расчётка», «шахматка», по кругу.

Практика: выполнений движений по сценическим точкам, по диагонали. Выполнение акробатических этюдов, акробатических танцев.

9. Актёрское мастерство 12ч.

Теория: понятие о сценической деятельности.

Практика: владеть навыками импровизации, общения, проявлять артистическую смелость; владеть навыками актерского мастерства, взаимодействия с партнером; выполнять творческие задания, реализуя накопленные знания; уметь «работать на зрителя».

10. Воспитательная работа 4ч.

Практика: мероприятия по сохранению здоровья, патриотического, экологического и духовно-нравственного воспитания, безопасности.

11. Профориентационная работа 4ч.

Теория: знакомство учащихся с профессиями в области хореографического искусства.

12. Итоговое занятие 2ч.

Практика: участие учащихся в отчётном концерте.

Аттестация/контроль: концерт.

1.4. Планируемые результаты и способы определения их результативности

Учащиеся научатся:

1 год обучения

Предметные:

1. выполнение упражнений в паре, выполнение силовых упражнений, упражнения на развитие координации, ловкости, выносливости (перебрасывания мяча друг другу во время бега), различные прыжки на скакалке в течении 5 мин., эстафеты.

2. Умение выполнять элементы классического танца.

3. Умение выполнять элементарные элементы гимнастики, акробатики, знать способы самостраховки.

4. Умение выполнять танцы и танцевальные композиции.

Личностные:

1. Умение держать корпус.

2. Умение слушать и слышать музыку.

3. Развитие физических данных учащихся.

Метапредметные:

1. Развитие культуры общения, чувства коллективизма.

2. Умение понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

3. Навыки ведения здорового образа жизни.

2 год обучения

Предметные:

1. Выполнение акробатических, гимнастических элементов, связок.

1. Самостоятельное использование навыка страховки и самостраховки при выполнении гимнастических и акробатических элементов.

2. Умение работать с предметами (обручи, гимнастические палки, сценические флаги, ткань).

3. Исполнение танцев, используя полученный опыт.

Личностные:

1. Мотивация к безопасному, здоровому образу жизни, творческому труду, работе на результат.

2. Точность выполняемых элементов, элементов с предметами.

3. Развитие физических данных учащихся.

4. Развитие импровизации.

Метапредметные:

1. Сила воли, самостоятельность, настойчивость.

2. Развитие чувства коллективизма.

3 год обучения

Предметные:

1. Развитие техники исполнения хореографических, акробатических элементов, связок, танцев.
2. Расширение теоретических и практических знаний в области танцев.
3. Способствовать профессиональному самоопределению.

Личностные:

1. Развитие творческих способностей через самостоятельную деятельность при разучивании танцев.
2. Развитие мотивации к занятиям данными видами деятельности, самообразованию.
3. Дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
4. Развитие эстетического вкуса, морально-волевых качеств.

Метапредметные:

1. Развитие художественного вкуса.
2. Мотивация к ведению здорового образа жизни.

Критерии оценивания теоретических знаний

Оценка	Критерии
Высокий	Учащийся знает изученный материал, даёт ответы, демонстрирующие полное владение материалом. Свободно оперирует терминами, зная их значение.
Средний	Учащийся в целом знает материал, но может не совсем точно дать определение терминов, зная их значение.
Низкий	Учащийся фрагментарно знает изученный материал. Апеллирует терминами не точно, путает их значения.

Критерии оценивания практических навыков и умений

Оценка	Критерии
Высокий	Учащийся самостоятельно, точно выполняет упражнения, творческие задания.
Средний	Учащийся выполняет упражнения с незначительными ошибками.
Низкий	Учащийся выполняет упражнения с ошибками, требуется помощь педагога.

Развитие личностных качеств учащихся определяется путём систематического наблюдения в различных видах деятельности.

Результат освоения программы фиксируется также во время участия в концертных программах.

Формы контроля и подведения итогов результативности программы

С целью обеспечения результативности обучения по программе применяются следующие виды контроля: вводный, текущий и итоговый.

Данные виды контроля осуществляются в форме, определённой педагогом. По итогам контроля педагог вносит данные на каждого учащегося в диагностическую карту.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

Календарный учебный график на 2022 – 2023 учебный год 1 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
			План	Факт			
1	Вводное занятие	2					
1	Инструктаж по ТБ. План работы на год.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
2	Выполнение основных упражнений для выявления внешних данных, музыкальности, выразительности движений.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	Выполнение определённых упражнений
2	Ритмопластика	8					
3	Прослушивание мелодий в различном музыкальном темпе.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
4	Выделение хлопками сильной доли.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
5	Перестроение из линии в «шахматку» под музыку.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
6	Перестроение и движение по кругу, под музыку.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
7	Выполнение хореографических упражнений сидя на полу под музыку (2/4, 4/4, 3/4)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
8	Выполнение хореографических упражнений стоя на середине зала под музыку (2/4, 4/4, 3/4)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	Определение сильной доли в различных темповых звучаниях.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

10	Повторение и закрепление изученного материала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
3	Акробатика	26					
11	Техника безопасности на занятиях акробатики. Страховка и самостраховка.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
12	Знакомство и выполнение кувырков вперёд, назад.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
13	Знакомство и выполнение бокового кувырка, перекатов.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
14	Кувырки, «змейки». Игра на внимание.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
15	Знакомство и выполнение упражнений на развитие координации.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
16	Кувырки, «змейки», перекаты, стойки со страховкой педагога.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
17	Упражнения на развитие гибкости мышц спины. Подвижная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
18	Акробатический элемент «колесо».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
19	Выполнение «колесо» на правую ногу. Подвижная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
20	Выполнение «колесо» на левую ногу. Подвижная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
21	Выполнение элемента «мост» из положения лёжа.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
22	Упражнения на гибкость спины. Выполнение «мост» из положения стоя.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
23	Упражнения на гибкость спины. Выполнение «мост» со страховкой педагога.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

24	Знакомство с элементом «стойка на кистях».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
25	Выполнение «стойки на кистях» со страховкой педагога.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
26	«Мост» из положения стоя. Упражнения на шведской стенке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
27	Выполнение «стойки на кистях» с опорой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
28	Кувырки, перекаты, змейки. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
29	Упражнения на развитие гибкости ног. Игра на развитие ловкости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
30	Знакомство с поддержкой. Положение нижнего, положение верхнего.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
31	Выполнение поддержки со страховкой педагога.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
32	Упражнения на шведской стенке. Игра на быстроту реакции.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
33	Упражнения на укрепление мышц ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
34	Выполнение поддержки. Висы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
35	Выполнение элемента «мост» самостоятельно.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
36	Выполнение ключевых элементов по пройденному материалу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
4.	Гимнастика	26					
37	Техника безопасности на занятиях гимнастикой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
38	Упражнения на общую гибкость. Подвижная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

39	Растягивающие упражнения на мышцы ног. Командная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
40	Знакомство и выполнение продольного шпагата на правую ногу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
41	Прыжки через канат, упражнения на развитие ловкости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
42	Выполнение продольного шпагата на левую ногу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
43	Командная игра. Выполнение продольного шпагата.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
44	Упражнения на развитие гибкости мышц ног. Выполнение шпагата.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
45	Упражнения на развитие гибкости ног. Знакомство с поперечным шпагатом.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
46	Растягивающие упражнения для мышц ног. Выполнение шпагатов.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
47	Знакомство с элементом «уголок» из положения сидя.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
48	Подвижная игра. Выполнение шпагатов, «уголка».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	Воспитательная работа	1					
49	«Мама лучшая на свете» (ко дню матери).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
50	Подготовительные упражнения к вращению на стопе.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
51	Вращения на полупальцах с поддержкой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
52	Упражнения на развитие гибкости плечевого пояса.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
53	Упражнения на растягивание мышц	1			Практическая работа,	Каб. № 4	

	спины.				беседа		
54	Знакомство и выполнение элемента «мост» с прямыми ногами.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
55	Выполнение элемента «мост». Упражнения на шведской стенке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
56	Упражнения на гибкость спины. Выполнение «мост» из положения стоя с опорой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
57	«Мост» из положения стоя с поддержкой педагога.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
58	Упражнения на развитие гибкости спины. выполнение элементов «мост», «корзинка», «уточка».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
59	Прогибы, перегибы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
60	Упражнения на развитие общей гибкости. Игра на развитие ловкости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
61	Упражнения в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
62	Упражнения на развитие общей гибкости. Игра на внимание.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
63	Выполнение гимнастических элементов по пройденному материалу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Профориентационная работа	1					
64	Профессии в кулинарном деле (повар, помощник повара и т.д.)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
5	Работа с предметами	20					
65	Знакомство с обручем и выполнение простейших элементов.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
66	Знакомство и выполнение «восьмёрки» с обручем.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

67	Выполнение «восьмёрки» с обручем в правой и левой руке поочередно.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
68	Знакомство и выполнение «зеркало» с обручем.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
69	Выполнение «зеркало» с обручем в правой и левой руке поочередно.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
70	Знакомство и выполнение «крутка» с обручем.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
71	Выполнение «крутка» с обручем в правой и левой руке поочередно.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
72	Вращение обруча на кисти.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
73	Вращения обруча на двух руках со сменой рук.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
74	Вращения обруча на коленях.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
75	Вращения обруча на коленях. Переброс обручей.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
76	Знакомство с гимнастической палкой. Выполнение простейших элементов.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
77	Выполнение «восьмёрки» гимнастической палкой правой рукой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
78	Выполнение «восьмёрки» гимнастической палкой правой рукой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
79	Выполнение «восьмёрки» гимнастической палкой левой рукой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
80	Выполнение «крутки» гимнастической палкой правой рукой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

81	Выполнение «крутки» гимнастической палкой левой рукой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
82	Вращение гимнастической палки перед собой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
83	Вращение гимнастической палки перед собой. Подвижная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
84	Выполнение элементов с предметами по пройденному материалу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	Выполнение творческого задания.
9	Воспитательная работа.	1					
85	«Новогодний серпантин».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Профориентационная работа	1					
86	«Знакомство с профессиями в эстрадно-цирковой сфере.	1			Практическая работа, беседа	Муз.зал.	
6	Основы хореографии	22					
87	Постановка корпуса. Знакомство с искусством-хореографии.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
88	Позиции ног: I, III, II, VI.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
89	Позиции рук: I, III, II, свободная.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
90	Выполнение позиций ног, рук на середине зала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
91	Знакомство и выполнения вращения. «Шене», «ножницы».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
92	Знакомство и выполнение танцевального бега.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
93	Выполнение подскоков.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
94	Выполнение «галоп».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

					беседа		
95	Знакомство и выполнение прыжков с двух ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
96	Вариации танцевального бега. Связки.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
97	Battements tendus.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
98	Demi-rond de jambe par terre (по четверти круга).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
99	Повторение связки: Battements tendus с demi-pliés.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
100	Повторение: Demi-rond de jambe par terre (по четверти круга).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
101	Знакомство с выполнением вращений по прямой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
102	Выполнение вращений по прямой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
103	Battement passé par terre.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
104	Знакомство с вращением по диагонали.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
105	Выполнение вращения по диагонали.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
106	Выполнение элементов по диагонали : подскоки, бег, галоп.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
107	Выполнение элементов по диагонали: различные виды танцевальных шагов, бег, галоп.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
108	Выполнение ключевых элементов по хореографии.	1			Практическая работа, беседа	Муз.зал	
7	Региональный компонент	8					

109	История кубанского, казачьего танца. Постановка корпуса, рук, головы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
110	Знакомство с элементом «тынок».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
111	Выполнение элемента «тынок».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
112	Знакомство и выполнение «дорожки» (проходка).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
113	Знакомство и выполнение простейших дробей (дробушки).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
114	Знакомство с элементом «волчок»	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
115	Повторение элементов: дроби, «волчок».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
116	Закрепление элементов кубанского танца.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	Воспитательная работа	1					
117	«Вредные и полезные привычки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
8	Постановочная работа	22					
118	Знакомство с акробатическим танцем «звёзды». Понятие - перемещение по сценическим точкам.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Профориентационная работа	1					
119	Сценические профессии (режиссер, сценарист, артист театра)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
120	Акробатический танец «Звёзды»: расстановка.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	Воспитательная работа	1					
121	«Поклонимся великим тем годам».	1			Практическая работа, беседа	Муз.зал	

122	Танец «звёзды» 1-4 такт. Отработка связок.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
123	Танец «звёзды». Включение гимнастического этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
124	Танец «звёзды» 4-16 такт. Отработка движений под музыку.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
125	Прогон танца «звёзды». Построение финала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
126	Прогон танца «звёзды». Работа над ошибками.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
127	Постановка этюда казачьего танца 1-4 такт.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
128	Отработка элементов казачьего этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
129	Хореографические рисунки в построении казачьего этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
130	Элементы в парах при построении казачьего этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
131	Фигура №1, №2 в построении казачьего этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
132	Прогон этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
133	Расстановка в танце «попурри».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
134	Танец «попурри» 1-4 такт.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
135	Танец «попурри» фигура №1.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
136	Танец «попурри» отработка элементов фигуры №1.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
137	Танец «попурри» 4-16 такт.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
138	Танец «попурри»,	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

	хореографические рисунки 1 части.				беседа		
139	Танец «попурри», отработка хореографических рисунков.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
140	Прогон всего танца «попурри».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
141	Прогон изученных постановок концертных номеров.	1			Практическая работа, беседа	Муз.зал	
10	Профориентационная работа	1					
142	«Профессии в технологической сфере (инженер, технолог, физик)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
11	Итоговое занятие.	2					
143	Прогон хореографических связок в изученных танцах, этюдах.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
144	Прогон изученных танцах, этюдах.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	Концерт
	Итого	144					

3-год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
			План	Факт			
1	Вводное занятие	2			Беседа	Каб. № 4	
1	Инструктаж по ТБ. План работы на год.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	Входная диагностика
2	Выполнение основных упражнений.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	24					
3	Акробатика	36					
3	ОФП Упражнения на развитие мышц спины.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
4	Акробатика Техника безопасности. Общеразвивающие упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
5	ОФП Игра на развитие выносливости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
6	Акробатика Кувырки боковые, парные, «змейки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
7	ОФП Упражнения на развитие мышц рук.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
8	Акробатика Кувырки, «змейки», перекаты, стойки на лопатках.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	ОФП Упражнения на развитие мышц ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Акробатика Перевороты с колен.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
11	ОФП Силовой комплекс.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

12	Акробатика Упражнения на укрепление мышц спины, стойка на лопатках.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
13	ОФП Упражнения на развитие ловкости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
14	Акробатика Переворот с прямыми ногами. Восстановительные упражнения, висы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
15	ОФП Эстафета.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
16	Акробатика Стойки на кистях, на голове.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
17	ОФП Командная игра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
18	Акробатика «Мост» из положения стоя, сидя.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
19	ОФП Игра на развитие скоростных качеств. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
20	Акробатика Равновесия.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
21	ОФП Упражнения для стопы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
22	Акробатика Стойки на груди. Упражнения для развития мышц рук.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
23	ОФП Силовой комплекс.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
24	Акробатика Знакомство с пирамидой из 3-х человек	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
25	ОФП Эстафета. Парные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
26	Акробатика «Пирамида из 3-х	1			Практическая работа,	Каб. № 4	

	человек, положения рук. ОФП.				беседа		
27	ОФП Упражнения на развитие мышц прасса.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
28	Акробатика Поддержки из 2-х человек. Положения ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
29	ОФП Силовые упражнения в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
30	Акробатика Выполнение поддержек из 2-х человек, захваты.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
31	ОФП Упражнения с гантелями.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
32	Акробатика Стойки. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
33	ОФП Прыжковые упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
34	Акробатика Упражнения на силу ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
35	ОФП Упражнения на развитие равновесия.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
36	Акробатика Поддержка с бедра. Заход.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
37	ОФП Упражнения на развитие мышц бедра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
38	Акробатика Пирамида.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
39	ОФП Упражнения на шведской стенке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
40	Акробатика Поддержка из положения лёжа.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
41	ОФП Упражнения для стопы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
42	Акробатика Поддержка из положения лёжа. Сход верхнего.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

43	ОФП Упражнения на силу рук. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
44	Акробатика Поддержка из положения лёжа. Равновесие.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
45	ОФП Упражнения на развитие мышц спины на шведской стенке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
46	Акробатика Стойки на локтях.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
47	ОФП Прыжковые упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
48	Акробатика Стойки на локтях. Силовой комплекс.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
49	ОФП силовые упражнения.	1			Практическая работа.	Каб. № 4	
50	Акробатика Упражнения в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
4	Гимнастика	36					
51	Гимнастика Растягивающие упражнения на мышцы ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
52	Акробатика Силовые упражнения в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
53	Гимнастика Растягивающие упражнения на мышцы ног. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
54	Акробатика Кувырок через партнёра.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
55	Гимнастика Продольный шпагат.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
56	Акробатика Кувырок через партнёра. Упражнения на развитие мышц спины.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
57	Гимнастика Выполнение продольного, поперечного шпагата.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
58	Акробатика «Колесо», упражнения	1			Практическая работа,	Каб. № 4	

	на укрепление мышц рук.				беседа		
59	Гимнастика Выполнение шпагатов.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
60	Акробатика «Колесо», упражнения на развитие мышц.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
61	Гимнастика Растягивающие упражнения для мышц ног. «Уголок».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
62	Акробатика Кувырки в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
63	Гимнастика Подготовительные упражнения к вращению на стопе.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
64	Акробатика Кувырки в паре. Упражнения на развитие ловкости.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
65	Гимнастика Вращения на полупальцах с поддержкой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
66	Акробатика Кувырки в паре. Висы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
67	Гимнастика Подготовительные упражнения к вращению на стопе. Упражнения для стопы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
68	Акробатика Упражнения на выносливость.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
69	Гимнастика: Упражнения на гибкость спины.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
70	Акробатика «Мост» из положения стоя. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
71	Гимнастика Упражнения на гибкость спины. Вращение на стопе.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
72	Акробатика «Мост» из положения стоя. Силовой комплекс.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

73	Гимнастика Упражнения на гибкость спины. «Мост» на одной руке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
74	Акробатика Выполнение поддержек, «пирамид», основных упражнений.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
75	Гимнастика Упражнения на гибкость спины. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
11	Профориентационная работа	1					
76	Профессии в сфере строительства (прораб, маляр, каменщик).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
77	Гимнастика Упражнения на гибкость ног. Долевой прыжок.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Воспитательная работа	1					
78	«Мамины руки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
79	Гимнастика Упражнения на гибкость ног. Поперечный прыжок.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
5	Работа с предметами	28					
80	Работа с предметами Упражнения с гимнастической лентой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
81	Гимнастика Растягивающие упражнения. Рондад.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
82	Работа с предметами: упражнения с гимнастической лентой, «восьмёрки».	1			Соревнование.	Каб. № 4	
83	Гимнастика Растягивающие упражнения. Упражнения на равновесия.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
84	Работа с предметами Упражнения с гимнастической лентой, «зигзаг».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
85	Гимнастика Упражнения на	1			Практическая работа,	Каб. № 4	

	равновесия. Рондад.				беседа		
86	Работа с предметами Упражнения с гимнастической лентой, «блюдца».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
87	Гимнастика Понятие «дорожка».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
88	Работа с предметами Упражнения с гимнастической лентой, «блюдца».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
89	Гимнастика Выполнение «дорожки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
90	Работа с предметами Отработка упражнений с гимнастической лентой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
91	Гимнастика Гимнастический этюд (1-4 такт).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
92	Работа с предметами Повторение упражнений с гимнастической лентой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
93	Гимнастика Гимнастический этюд (4-8 такт)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
94	Работа с предметами Упражнения с мячом, перекал.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
95	Гимнастика Гимнастический этюд (8-16 такт).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
96	Работа с предметами Упражнения с мячом, подбрасывания.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
97	Гимнастика Гимнастический этюд финал.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
98	Работа с предметами Упражнения с мячом, перекал, подбрасывания	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
99	Гимнастика Повторение гимнастического этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

100	Работа с предметами Упражнения с мячом, подбрасывание со сменой рук.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
101	Гимнастика Отработка элементов этюда.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
102	Работа с предметами Повторение перекатов мяча.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
103	Гимнастика Отработка элементов этюда. Восстановительные упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
104	Работа с предметами Упражнения с мячом, перекаат, подбрасывания.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
105	Гимнастика Общие растягивающие упражнения. Вращения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
106	Работа с предметами Упражнения с гимнастической палкой, вращения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
107	Гимнастика Упражнения общую гибкость. Переброс мяча друг другу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
108	Работа с предметами Упражнения с гимнастической палкой, «Зеркала».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
109	Гимнастика Подготовительные упражнения для выполнения «моста» на одной руке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
110	Работа с предметами Упражнения с гимнастической палкой, вращения над головой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
111	Гимнастика «Мост» на одной руке.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
112	Работа с предметами Упражнения	1			Практическая работа,	Каб. № 4	

	с гимнастической палкой, вращения над головой со сменой рук.				беседа		
113	Гимнастика Прыжковые упражнения. Растягивание мышц спины.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
114	Работа с предметами Упражнения с гимнастической палкой, вращение с перехватом за спиной.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
115	Гимнастика Прыжковые упражнения. Растягивание ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
116	Работа с предметами Упражнения с гимнастической палкой, вращение с перехватом за спиной.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
117	Гимнастика Растягивающие упражнения на мышцы ног.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
118	Работа с предметами Повторение изученных упражнений с гимнастической палкой.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
119	Гимнастика «Дорожка», вращение на стопе, поперечный, долевого прыжок, шпагат.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
120	Работа с предметами Подбрасывания на сильную долю.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
121	Гимнастика Выполнение основных гимнастических элементов, связок.	1			Соревнование.	Каб. № 4	
6	Основы хореографии	28					
122	Основы хореографии Adagio на полной стопе и на полупальцах	1				Каб. № 4	
10	Воспитательная работа	1					
123	«Как не потеряться в сети интернет».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
11	Профориентационная работа	1					

124	«Профессия - художник».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
125	Основы хореографии Battement tendu jete: -c demi-plie -c battement tendu jete pique -c battement tendu jete.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
126	Работа с предметами Упражнения с двумя обручами «восьмёрки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
127	Основы хореографии Battemen fondu из V позиции на 45° и на 90° на полной стопе.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
128	Работа с предметами Повторение упражнений с двумя обручами, «восьмёрки».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
129	Основы хореографии Demi-pliés, I, II, III позициях.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
130	Работа с предметами Упражнения с двумя обручами, «блюдца».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
131	Основы хореографии Battements tendus c demi-pliés.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
132	Работа с предметами Упражнения с двумя обручами, «зеркала».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
133	Основы хореографии Demi-rond de jambe par terre (по четверти круга).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
134	Работа с предметами Повторение упражнений с двумя обручами, «блюдца», «зеркала».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
135	Основы хореографии Вращения по диагонали.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
136	Работа с предметами Упражнения с тканью: «купол», «волна».	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	

11	Профориентационная работа	1					
137	«Профессии в сфере обслуживания».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
138	Работа с предметами: Выполнение изученных упражнений с предметами: мяч, гимнастическая палка, два обруча, ткань.	1			Практическая работа.	Муз. зал	
10	Воспитательная работа	1					
139	«Вехи истории».	1			Практическая работа, беседа	Муз.зал	
7	Постановочная работа	32					
140	Постановочная работа Акробатический танец «Музыкальная шкатулка»	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
141	Основы хореографии Подготовительное port de bras.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
142	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» (1-8 такт).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
143	Основы хореографии: Положения ноги sur les sou-de-piéd .	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
144	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» (8-16 такт).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
11	Профориентационная работа:	1					
145	«Профессия-дизайнер».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
146	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» рисунок № 1.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

147	Основы хореографии Battements relevés lents на 45° по I позиции.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
148	Постановочная работа Рисунок № 1. Упражнения для стоп.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
149	Основы хореографии Положения ноги sur les cou-de-pied – «условное» и «обхватное».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
150	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» прогон 1-16 такт, рисунок №2	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
10	Воспитательная работа	1					
151	«Зажигай»	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
152	Постановочная работа Выполнение гимнастической «дорожки».	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
153	Основы хореографии Повторение позиции ног: I, II, III, V- на середине зала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
154	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» (16-32 такт).	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
155	Основы хореографии: Разучивание элементов классического танца на середине зала. Allegro	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
156	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» отработка изученного.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
157	Основы хореографии Элементы партера.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

158	Постановочная работа «Музыкальная шкатулка» прогон номера.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
159	Основы хореографии Элементы партера. Растягивающие упражнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
160	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: выход, расстановка.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
161	Основы хореографии Повторение элементов партерной гимнастики.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
162	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: 1-4 такт.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
163	Основы хореографии Повторение элементов у станка, отработка на середине зала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
164	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: рисунок №1, движения в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
165	Основы хореографии Temps levés sautés в I и II	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
166	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: повторение движений в паре, поддержка №1.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
167	Основы хореографии Temps levés sautés в I и II , на середине зала.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
168	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: отработка поддержки, прогон рисунка № 1	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
169	Основы хореографии Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги,	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

170	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: 4-6 такт.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
171	Основы хореографии Двойная дробь на месте.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
172	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: рисунок № 2, поддержка № 2.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
173	Основы хореографии Подбивка «голубец» на месте, с двумя переступанием.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
174	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: расстановка по рисунку № 2, прогон изученного.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
175	Основы хореографии Ключ с двойной дробью, дробная «дорожка» с продвижением вперед.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
176	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: 6-8 такт, отработка поддержек.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
177	Основы хореографии Вращения: на подскоках с продвижением вперед по диагонали.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
178	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: прогон элементов по кругу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
179	Основы хореографии Вращения, «бегунок» в повороте.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
180	Постановочная работа Выполнение этюда на сцене.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
181	Основы хореографии Русский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

182	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: танцевальный рисунок № 4, групповая поддержка.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
183	Основы хореографии: основной шаг – с продвижением назад, основной шаг с притопом – с продвижением назад.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
184	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: отработка групповой поддержки. Прогон танцевальных рисунков.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
185	Основы хореографии Экзерсис по народному, классическому танцу.	1			Практическая работа.	Каб. № 4	Выполнение творческого задания
186	Постановочная работа Танец «Дыханье роз»: финал, расстановка.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
8	Актёрское мастерство	12					
187	Постановочная работа Прогон изученного танца «Дыханье роз».	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
188	Актёрское мастерство Комбинировать разные виды приветствий.	1			Беседа, просмотр видео материала, практическая работа.	Каб. № 4	
189	Постановочная работа: Гимнастический этюд с обручами: выход, прыжки.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
190	Актёрское мастерство Игровые упражнения для развития психофизической активности.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
191	Постановочная работа Вращения по сцене. Перепрыгивание через обруч.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
192	Актёрское мастерство Игровые упражнения для развития психофизической активности	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

	«Снежный ком».						
193	Постановочная работа Гимнастический этюд с обручами: прыжки, рисунок № 1	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
194	Актёрское мастерство Игровые упражнения для развития психофизической активности «Книга».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
195	Постановочная работа Тур по 6 позиции по точкам сцены.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
196	Актёрское мастерство Упражнения на выразительность (пантомима).	1			Работа по карточкам, беседа	Каб. № 4	
197	Постановочная работа Гимнастический этюд с обручами: отработка рисунка № 1, перебрасывание обручами.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
198	Актёрское мастерство Упражнение на развитие фантазии «Додумай», «Рассмеши».	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
199	Постановочная работа прогон изученных этюдов, танцев по разделу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
9	Региональный компонент	8					
200	Актёрское мастерство Упражнения на импровизацию (показ животного, показ бытового предмета)	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
201	Региональный компонент Сюжетная линия кубанского танца, манерность исполнения.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
202	Актёрское мастерство Упражнения на импровизацию	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	

	(выражения радости).						
203	Региональный компонент Расстановка, характерная проходка в кубанском танце.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
204	Актёрское мастерство Упражнения для мышц лица.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
205	Региональный компонент Элементы трюков в кубанском танце.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
206	Актёрское мастерство Тренинг мимических упражнений в кругу.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
207	Региональный компонент трюковая часть в кубанском танце.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
208	Актёрское мастерство Батл. Упражнения для развития лицевых мышц.	1			Работа по карточкам, беседа	Муз. зал	
209	Региональный компонент Фигура №1 в кубанском танце.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
210	Актёрское мастерство Передача эмоций в танцах.	1			Практическая работа.	Каб. № 4	
211	Региональный компонент Хореографический рисунок в кубанском танце.	1			Практическая работа, беседа	Муз. зал	
212	Региональный компонент Отработка дробей в паре.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
213	Региональный компонент Прогон кубанского танца.	1			Практическая работа, беседа	Каб. № 4	
214	Постановочная работа Прогон изученных танцев, композиций.	1			Практическая работа	Муз. зал	
10	Итоговое занятие	2					
215	Прогон основных связок.	1			Практическая работа.	Муз. зал	
216	Прогон изученных танцев, этюдов, композиций.	1			Концерт	Муз. зал	Концерт

11	Итого	216					
-----------	--------------	------------	--	--	--	--	--

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- хореографический зал;
- хореографический станок;
- гимнастические маты – 2 шт.;
- гимнастические коврики – 12 шт.;
- гимнастические скакалки – 12 шт.;
- гантели – 12 шт.
- ткань для пошива костюмов, атрибутов;
- обувь сценическая – 12 пар;
- обручи гимнастические – 12 шт.;
- ленты гимнастические – 12 шт.;
- хула-хупы – 12 шт.;
- телевизор – 1 шт.;
- DVD-плеер – 1 шт.;
- музыкальный центр – 1 шт.;
- видеокамера – 1 шт.;
- фотоаппарат – 1 шт.

2) Учебно-методические:

- специальная литература;
- фото, видеоматериалы (костюмов, выступлений, обучающее видео).

Информационное обеспечение

Интернет-источники:

1. <http://www.horeograf.com>.
2. <https://secret-terpsihor.com.ua>.
3. <http://need4dance.ru>.
4. http://megapoisk.com/klassicheskaya-horeografiya-balet_sites.
5. <http://dancerussia.ru/publication/543.html>.

Кадровое обеспечение

Данную программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, имеющий высшее профессиональное образование и стаж работы в данном направлении более 13 лет.

2.3. Формы аттестации

С целью определения результативности обучения по программе применяются следующие виды контроля:

- входной – в начале учебного года;
- промежуточный – в конце 1-го и 2-го года обучения;
- итоговый – по окончании обучения по программе.

Подведение итогов проводится в вариативных формах:

- выполнение элементов акробатики, гимнастики, ОФП;
- выполнение упражнений с предметами;
- выполнение творческих заданий;
- концерт.

2.4. Оценочные материалы

В качестве оценочных материалов используется перечень необходимых теоретических знаний и практических умений, предусмотренных содержанием программы.

Перечень диагностических методик для оценки эффективности реализации программы:

1 год обучения

1. Подборка элементов по теме «Вводное занятие» (приложение №1 «Выполнение определённых упражнений»).
2. Подборка упражнений по теме «Работа с предметом» (приложение №2 «Выполнение комплекса элементов»).
3. Подборка танцев, концертных номеров по теме «Итоговое занятие» (приложение №3 «Концерт»).

2 год обучения

1. Подборка элементов по теме «Вводное занятие» (приложение №1 «Выполнение определённых упражнений»).
2. Подборка определённых элементов по теме «Основы хореографии» (приложение №2 «Выполнение творческого задания»).
3. Подборка танцев, концертных номеров по теме «Итоговое занятие» (приложение №3 «Концерт»).

3 год обучения

1. Подборка элементов по теме «Вводное занятие» (приложение №1 «Выполнение определённых упражнений»).
2. Подборка определённых элементов по теме «Основы хореографии» (приложение №2 «Выполнение творческого задания»).
3. Подборка танцев, концертных номеров по теме «Итоговое занятие» (приложение №3 «Концерт»).

2.5. Методические материалы

Основу данной программы составляет акробатический танец, в котором сочетаются элементы акробатики, гимнастики и хореографии, удовлетворяя интерес учащихся к новому (спортивному) направлению в искусстве танца.

С первого года обучения закладываются основы по ключевым разделам программы: ритмопластике, акробатике, гимнастике, основам хореографии. «Багаж» полученных знаний, умений является базой для дальнейшего освоения программного материала. На втором и третьем годах обучения вводятся более сложные элементы, связки, но базовые упражнения повторяются постоянно. Изученные упражнения за счёт многократных повторений совершенствуются и преобразуются в различные связки. От простого к сложному происходит и освоение раздела «Работа с предметами». Сначала это один предмет, потом два и более. Базовые элементы также

повторяются, достигая лучшего выполнения. Такой же процесс происходит и с изучением танцевальных элементов от ритмопластики до экзерсиса у станка. Помимо техники танца в данной программе учащемуся помогают выразить эмоциональную составляющую танца с помощью раздела «Актёрское мастерство», который вводится со второго года обучения, когда учащийся освоится в коллективе и начнёт «чувствовать» своё тело. На протяжении всего процесса обучения применяются здоровьесберегающие упражнения: упражнения для позвоночника (М.С. Норбеков), профилактика плоскостопия (Дж. Хавилер), упражнения для укрепления мышц спины, живота.

Для эмоциональной передачи сюжета танца предлагаются упражнения для мышц лица, что тоже благотворно влияет на здоровье учащегося. На основе выше перечисленных разделов программы могут повторяться.

Программа 1-го года обучения предусматривает ознакомление с искусством хореографии, элементами гимнастики и акробатики начального уровня. Знакомятся хореографическими коллективами района. Учащиеся учатся слушать и слышать музыку, знакомятся с понятиями: такт, ритм; знакомятся с гимнастическими и акробатическими элементами, учатся двигаться под музыку, разучивают танцевальные строения и перестроения. Чтобы не перегружать учащихся, вводятся танцевальные игры, восстановительные упражнения. Обращается внимание на характер учащегося, его способность запомнить, повторить движение. Поэтому репертуар предлагается доступный. Для поддержания интереса учащихся к занятиям в объединении применяются разнообразные методы и приёмы работы, включаются игровые моменты. Важным моментом является развитие учащихся, имеющих повышенные способности к обучению.

Программа 2-го года обучения предусматривает дальнейшее творческое развитие учащихся. Это осуществляется за счёт введения новых гимнастических, акробатических, танцевальных элементов, введения нового раздела программы «Актёрское мастерство». На этом этапе программы учащиеся уже участвуют в концертных программах, что стимулирует интерес к обучению. Если у учащегося что-либо не получается, необходимо помочь ему добиться нужного результата.

Программа 3-го года обучения предусматривает продолжение и усложнение работы по всем разделам программы. При занятиях гимнастикой и акробатикой важно не перегрузить учащихся физической нагрузкой, т.к. усталость может привести к травме. Предлагаемые упражнения усложняются, усложняются приёмы владения предметами, увеличивается количество рабочих предметов, усложняются движения в танцах. Участие в концертах, конкурсах позволяет реализовать учащимся свои способности, стимулирует интерес к дальнейшему обучению.

Учитывается, что движения мальчиков и девочек существенно отличаются. Имеют место понятия: движения «женская партия», «мужская партия», движения в парах, участие в смешанных подержках (мальчик - девочка). Меняется и подход к учащимся в гимнастике и акробатике.

Мальчикам, учитывая способности и физическое развитие, постепенно увеличивается силовой комплекс по сравнению с девочками. В разделе «Акробатика» предусматривается построение «пирамид», поддержек. Здесь помимо физических данных необходимо учитывается и вес учащегося. «Нижний» – это учащийся с более крупным телосложением, хорошо развитой линией плеч. Масса «верхнего» и «нижнего» должна отличаться от 5 кг и выше, в зависимости от сложности акробатической комбинации. В разделе «Постановочная работа» предлагаются акробатические танцы, этюды, на основе разученных комбинаций, упражнений в других разделах. Подбирая репертуар, учитываются возможности и способности учащихся. Создаются как массовые, так и малокомплектные танцы. Сольные партии и танцы позволяют реализоваться одарённым учащимся.

Данная программа допускает повторение разделов, элементов. Это направлено на повышение качества исполнительской техники, эмоциональной передачи содержания танца.

При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесный - рассказ, лекция, беседа и др. В процессе их разъяснения педагог посредством слова излагает учебный материал;

- наглядный - помогает учащимся визуально воспринимать информацию;

- объяснительно-иллюстративный - передача информации с помощью наглядных средств;

- проблемный - создание проблемной ситуации, которое организует коллективное обсуждение возможных подходов к решению проблемы;

- игровой - создание в учебном процессе игровой ситуации;

- дискуссионный - это метод, дающий возможность путем использования в процессе публичного спора логически обоснованных доводов воздействовать на мнения, позиции и установки участников дискуссии.

Методы воспитания:

- убеждение - это путь воздействия на знание учащегося для разъяснения фактов и явлений общественной и личной жизни, формирования взглядов;

- поощрение - должно быть заслуженным и использовать его нужно тогда, когда необходимо отметить достижения учащегося;

- мотивация - формирование у учащихся познавательного интереса, потребности в получении знаний, умений, навыков.

В образовательном процессе применяются современные педагогические технологии.

Технология развивающего обучения. В технологии развивающего обучения учащимся отводится роль самостоятельного субъекта, взаимодействующего с окружающей средой. Это взаимодействие включает все этапы деятельности: целеполагание, планирование и организацию,

реализацию целей, анализ результатов деятельности. Развивающее обучение направлено на развитие всей целостной совокупности качеств личности.

Технология проблемного обучения. Учащиеся приобретают навыки и умения в процессе самостоятельной деятельности, в результате чего происходит развитие их творческих и познавательных способностей.

Технология педагогической мастерской. В педагогической мастерской меняются традиционные роли педагога и учащихся – здесь они равноправные соучастники творческого процесса. Педагог является ведущим, который организывает, разворачивает творческий процесс, принимает участие в нем, а не просто передает свои знания учащимся.

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, направленных на взаимосвязь всех факторов образовательной среды, направленной на сохранение здоровья учащегося.

Игровые технологии. Классификация современных педагогических технологий предполагает выделение игры как эффективного средства обучения и воспитания в дошкольном и младшем школьном возрасте. В процессе игровой деятельности учащиеся получают навыки общения, обобщают и систематизируют новые знания.

Дидактический и лекционный материал (примерный):

1. Перечень дидактических заданий.
2. Фото- и видеоматериалы по разделам программы.
3. Теоретические сведения по разделам программы (научно-популярная литература, материалы сети Интернет).
4. Материал для диагностики усвоения программы (подборки упражнений, этюдов).

Накопленный методический материал позволяет результативно использовать учебное время, учитывать интересы учащихся, воспитывать самостоятельность, осуществлять дифференцированный подход в обучении.

Рекомендуемая схема построения типового занятия

1. Организационный момент (приветствие, создание психологического настроя, мотивация на учебную деятельность, сообщение темы и цели занятия).
2. Подготовка к изучению материала через повторение опорных знаний (проверка усвоения материала предыдущего занятия – опрос, упражнения).
3. Ознакомление с новым материалом (устный рассказ, демонстрация презентаций, фото- и видеоматериалов, мотивирующих к познанию).
4. Осмысление и закрепление материала (использование тренировочных упражнений, творческих заданий, самостоятельная работа, коррекция ошибочных представлений).
5. Подведение итогов занятия (анализ и оценка достижения цели, причин некачественной работы, определение перспектив деятельности, уборка рабочего места).

2.6. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб: Лань: Планета музыки, 2007.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как. - М.: АСТ, 2015.
3. Немов Р.С. Психология. Книга 1. Общие основы психологии. – М.: Владос, 1995.
4. Норбеков М. Работай над собой. – М.: АСТ, 2014.
5. Овечкина И.С., Князьков Г.Г., Священко В.Н. Система регионального непрерывного художественно - эстетического образования: часть 5 Хореография. – Краснодар, 1997.
6. Орлова Л. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. – М.: АСТ, 2007.

Интернет-источники

1. <http://acrobatica-russia.ru/> Сайт Федерации спортивной акробатики России
2. <http://sportgymn.net.ru/> Сайт о спортивной гимнастике
4. <http://www.fizkult-ura.ru/books/acrobatics/> Литература об акробатике
5. <http://mirknig.com/knigi/raznoe/1181459500-akrobatika.html> / Сайт о книгах по акробатике
6. <http://ffg2000.narod.ru/>
7. <http://www.ruscircus.ru/>
8. <https://www.youtube.com/channel/UCgrW4HYPDd-zJLk9h1OOegw/поектория>.

Список литературы для детей

1. Спортивная акробатика / Под ред. В.П. Коркина. – М.: Физкультура и спорт, 1981.

Оценочные материалы

1 год обучения.

Приложение 1

Тема «Вводное занятие».

Выполнение определённых упражнений.

- Поднятие ног на «шведской стенке»

Учащийся держится за перекладину, должен поднять прямые ноги под углом (обращаем внимание на мышцы живота).

-Выполнение перегибов корпуса по всем направлениям (обращаем внимание на амплитуду наклонов).

-Поднимание ноги вперед (обращаем внимание на высоту шага, это зависит от эластичности мышц ног).

-Поднимание ноги в сторону (обращаем внимание на высоту шага, это зависит от эластичности тазобедренного сустава).

-Выполнение ритмической хлопушки: руками, ногами. Выполнение движений под музыку с различным темпом (обращаем внимание на попадание на сильную долю).

-Показ с помощью мимики, различных животных (обращаем внимание на эмоциональность, выразительность движений).

В –высокий уровень. Учащийся выполняет предложенные элементы на определение физических данных, с хорошей амплитудой. Может выделить ударную ноту. Обладает хорошей мимикой, хорошими сценическими данными.

С- средний уровень. Учащийся выполняет предложенные элементы на определение физических данных, со средней амплитудой. Иногда выделяет ударную ноту. Обладает средними сценическими данными.

Н- низкий уровень. Учащийся выполняет предложенные элементы на определение физических данных, с низкой амплитудой. Не выделяет ударную ноту. Мимика не развита.

Приложение №2

Тема «Работа с предметами».

Выполнение комплекса упражнений.

-Вращение обруча: выполнение фигур с обручами: «восьмёрки», «зеркала», «блюдца»; на одной руке, на двух руках.

-Упражнения с гимнастической палкой: «восьмёрки», «зеркала», «блюдца», вращения за спиной, «перебросы».

В- учащийся точно выполняет фигуры соблюдая плоскости, попадает в ритм музыки.

С- учащийся выполняет фигуры с предметами с незначительными ошибками, соблюдая плоскости, попадает в ритм музыки.

Н- учащийся не может точно владеть предметом, не соблюдает плоскости, пропускает сильные доли в ритме музыки.

Приложение 3

Тема «Итоговое занятие».

Концерт

-Выполнение танцев, концертных номеров.

В - *высокий уровень*: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, соблюдая хореографические рисунки. Уверенно держится на публике, артистичен.

С - *средний уровень*: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, но не точно. Незначительно ошибается при выполнении хореографических рисунков. Уверенно держится на публике.

Н - *низкий уровень*: учащийся допускает ошибки в последовательности выполнения элементов. Не соблюдает хореографических рисунков. Не уверенно держится на публике.

2 год обучения

Приложение 1

Тема «Вводное занятие».

Выполнение определённых упражнений.

-Стойка на лопатках (определяем физическую подготовку учащегося).

Выполняется эта стойка из положения лежа на спине. Опираясь прямыми руками о пол вдоль туловища, ладони обращены к полу, поднять прямые ноги, а затем и таз в упор лежа согнувшись на спине. Продолжая движение ногами вверх, полностью разогнуться в тазобедренных суставах, быстро согнуть руки и, оставляя локти на полу, ладонями упереться в поясницу - большими пальцами наружу, локти широко не разводить. В конечном положении туловище, таз и ноги составляют прямую, почти вертикальную линию.

-«Лягушка» (определяем выворотность тазобедренного сустава).

И.П. сидя на полу: опираемся в пол не только ладонями, но всем предплечьем (локоть согнут под прямым углом). Смотреть на кончики пальцев, сохраняя спину прямой. Постепенно развести ноги в стороны, не сгибая в коленях. Перенести центр тяжести с колен на всю голень.

-«Мостик» (определяем гибкость спины).

спина выгнута по дуге, конечности должны быть прямыми, насколько это возможно; руки стоят на ладонях, а ноги на стопах; таз максимально поднят и находится выше уровня головы и плеч; ладони стоят на ширине плеч, а стопы – на ширине бёдер;

-Выполнение упражнений с обручами, с гимнастической палкой :
«восьмёрки», «зеркала», «блюдец», перебросы.

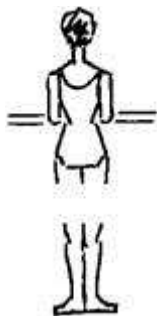
В- высокий уровень: учащийся выполняет элементы точно, владеет равновесием. Начинает и заканчивает элементы в правильной позиции. При работе с предметами соблюдает плоскости.

С- средний уровень: учащийся выполняет движения с незначительными ошибками, допуская небольшое расслабление. Начинает и заканчивает элементы в правильной позиции. При работе с предметами допускает небольшие неточности.

Н- низкий уровень: учащийся выполняет движения с ошибками, плохо держит равновесие. Начинает и заканчивает элементы в неправильной позиции. При работе с предметами плоскости не выдерживает.

Тема «Основы хореографии».
Выполнение творческого задания.

-Постановка корпуса.



Надо встать лицом к палке, положив на палку руки, слегка согнутые и опущенные в локтях: кисти рук свободно положены на палку (не обхватывая ее) против середины корпуса. Ноги в первой позиции. Колени сильно вытянуты. Плечи свободно раскрыты и опущены. Мышцы таза подтянуты кверху настолько, чтобы корпус стал прямым, легким и стройным. Положение сохраняется до конца музыкальной фразы.

-Позиции ног.



Первая позиция. Ступни ног, соприкасаясь пятками, развернуты носками наружу, образуя прямую линию на полу.

Вторая позиция. Сохраняется прямая линия первой позиции, но пятки выворотных ног отстоят одна от другой примерно на длину стопы.

Третья позиция. В том же выворотном положении ног ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга наполовину.

Пятая позиция. Ступни, плотно прилегая, совершенно закрывают друг друга: пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

Четвертая позиция. Сохраняется выворотность пятой позиции, но ноги не соприкасаются: одна находится параллельно другой на расстоянии.

-Позиции рук



Подготовительное положение. Руки свободно опущены, закруглены в локтях и кистях и расположены перед корпусом, образуя овал. Пальцы сгруппированы, как указано выше. Кисти почти соприкасаются.

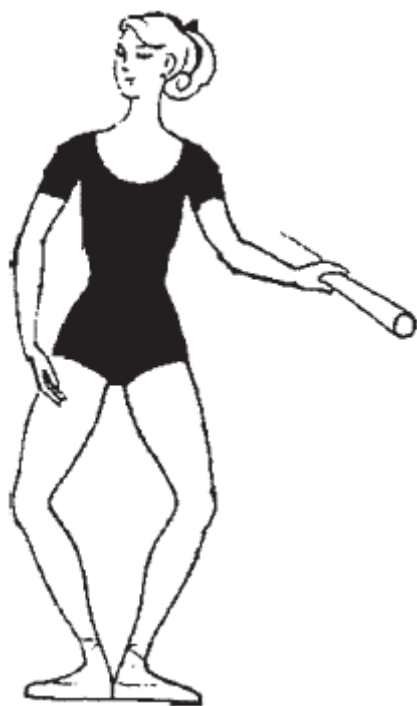
Первая позиция. Руки, сохраняя округлость, поднимаются на высоту диафрагмы. Во время движения их следует поддерживать в двух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне.

Прежде чем приступить к изучению наиболее трудной второй позиции, следует освоить третью позицию. По своему построению она аналогична первой позиции.

Третья позиция. Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они поднимаются вверх, как бы заключая голову в овальную рамку

Вторая позиция. Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они постепенно раскрываются в стороны, начиная движение от пальцев. При этом они поддерживаются в двух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне. В конце движения руки находятся несколько впереди корпуса, продолжая линию раскрытых и опущенных плеч.

-Демиплие, грандплие



Присед (грандплие)

Присед выполняется по всем позициям. Сначала плавно выполняется полуприсед, затем постепенно поднимаются пятки, а колени максимально сгибаются. При разгибании сначала опускаются на пол пятки, затем выпрямляются колени. При поднимании пяток не подниматься высоко на

полупальцы. Исключением является гранд плие по второй позиции, где пятки от пола не отрываются в связи с широкой позицией ног.



Сгибание и разгибание должно выполняться плавно, в одном темпе.

-Батман тандю

(положение ноги на носок вперед, в сторону, назад)

Сгибание и разгибание стопы скольжением по полу до положения ноги на носок. Выполняется из первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед, в сторону, назад.



Батман тандю вперед (правая вперед на носок)



Банман тандю назад (*правая назад на носок*)



Банман тандю вперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча. При выполнении банман тандю сначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем. Центр тяжести туловища на опорной ноге, носок от пола не отрывается.

-Трюки

«метелочка»

Исходное положение: позиция, grand plie.

«1» - в grand plie шаг правой ногой вперед на полупальцы

«и» - левая нога, скользя внутренним ребром стопы по полу, описывает полукруг, начиная чуть сзади и через сторону вперед, колено присогнуто.

«2-и» - то же с другой ноги.

Корпус необходимо держать на опорной ноге.

«ползунок с выносом ноги на каблук»

Исходное положение: grand plié по VI позиции

«1» - с легким подскоком на левой ноге правая нога выносится вперед на каблук, руки на II позиции.

«2» - движение выполняется с другой ноги.

Следить за ровностью корпуса, правильным размещением тяжести корпуса с одной ноги на другую.

По тем же правилам выполняется «Ползунок в сторону по I позиции».

Вращение на припадании.

Исходная позиция ног – 3-я свободная. Руки раскрыты в стороны или лежат на талии (это положение используется чаще при обучении). Корпус и голову держать прямо. Движение занимает 1 такт 2/4. Пример вращения в правую сторону. Необходимо следить за тем, чтобы корпус оставался прямым, голова не наклонялась в сторону и не опускалась вниз, руки, открытые в сторону, оставались на одном уровне и поворачивались вместе с поворотом корпуса, не отставая и не обгоняя его.

-Выполнение этюда. Основные элементы этюда описаны выше.

В- учащийся выполняет элементы правильно, носок натянут, соблюдает музыкальный ритм. Обладает хорошей выразительностью движений.

С- учащийся выполняет элементы с незначительными ошибками, соблюдает ритмичность. Обладает средней выразительностью движений

Н- учащийся выполняет элементы с ошибками, путает терминологию, не соблюдает музыкальный ритм. Движения не выразительны.

Тема «Итоговое занятие».

Концерт.

-Выполнение танцев, концертных номеров.

В - высокий уровень: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, соблюдая хореографические рисунки. Уверенно держится на публике, артистичен.

С - средний уровень: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, но не точно. Незначительно ошибается при выполнении хореографических рисунков. Уверенно держится на публике.

Н - низкий уровень: учащийся допускает ошибки в последовательности выполнения элементов. Не соблюдает хореографических рисунков. Не уверенно держится на публике.

Згод обучения

Приложение №1.

Тема «Вводное занятие».

Выполнение определённых упражнений.

- Коробочка

И.П. лёжа на полу: соединить стопы, колени развести в стороны, руками упираться в пол. Головой назад потянитесь к носкам, зафиксируйтесь, затем вернитесь в исходное положение.

-Мостик И.П. стоя: поставить стопы на ширине своих плеч. Руки поставить на пол ладонями вниз.

-Складочка И.П. сидя на полу, согнуть колени и прижмите их к животу. Руками возьмитесь за щиколотки, носом прикоснитесь к коленям. Скользя по полу ступнями, выпрямляйте ноги, грудью медленно к ним наклоняясь.

- Выполнение основных хореографических элементов: батман тандю, батман тандю жете, деми плие, гранд плие.

-Выполнение трюков: «метелочка», «ползунок с выносом ноги на каблук».

-Работа с предметами: вращение обручей: «восьмёрки», «зеркала», «блюдца». Фигуры с гимнастической палкой: «восьмёрки», «зеркала», «блюдца».

В- высокий уровень: учащийся выполняет элементы точно, владеет равновесием. Начинает и заканчивает элементы в правильной позиции. При работе с предметами соблюдает плоскости.

С- средний уровень: учащийся выполняет движения с незначительными ошибками, допуская небольшое расслабление. Начинает и заканчивает элементы в правильной позиции. При работе с предметами допускает небольшие неточности.

Н- низкий уровень: учащийся выполняет движения с ошибками, плохо держит равновесие. Начинает и заканчивает элементы в неправильной позиции. При работе с предметами плоскости не выдерживает.

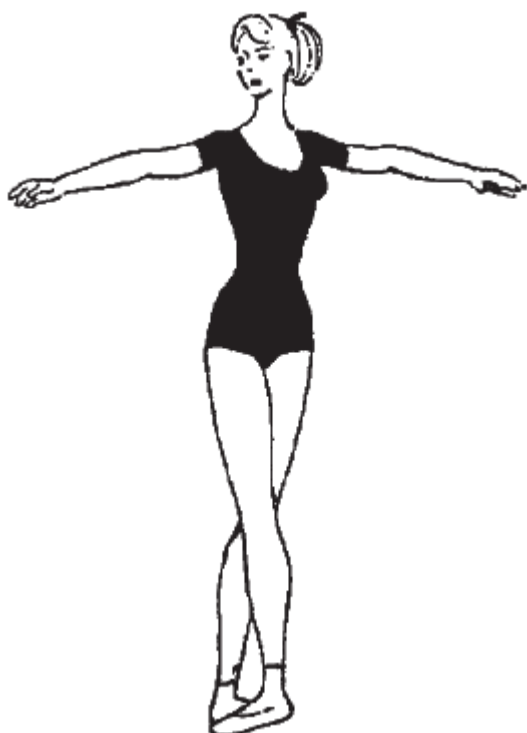
Приложение №2.

Тема «Основы хореографии».
Выполнение творческого задания.

Выполнение хореографического этюда, включающего основные, нижеследующие элементы:

-пор де бра: сгибание туловища вперед и разгибании его, наклоне туловища назад и возвращении в исходное положение.

Упражнение выполняется у опоры и на середине зала из пятой позиции в положении лицом (ан фас) или в полповорота (круазе, эфасе). Перед началом упражнения руки переводятся из подготовительной позиции через первую во вторую.



Пятая позиция ног, вторая позиция рук

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу, правая пятка сомкнута с носком левой. Руки в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вперед, большой палец внутрь.

Пор де бра вперед, руки в третьей позиции (наклон туловища вперед, руки
Пятая позиция ног, третья позиция рук



вверх, округленные в локтевом и лучезапястном суставах).



Пятая позиция ног, первая позиция рук

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу, правая пятка сомкнута с носком левой. Руки вперед, округленные в локтевом и лучеза-пястном суставах ладонями внутрь.



Пор де бра назад, третья позиция рук

Наклон туловища назад, руки вверх, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, поворот головы направо (наклон туловища назад выполнять только плечами назад, не расслабляя мышцы поясничного отдела).



-Сюр де кудепье

Положение ноги на щиколотке (сюр ле ку де пье) для выполнения батман фραπε, батман фондю, пти батман, ботю. Правая, согнутая слегка разогнутой стопой, находится над щиколоткой другой ноги, прикасаясь к ней наружной частью стопы. Пальцы отведены назад.

-Пассе

Пассе для выполнения девелопе вперед

Стойка на левой, правая согнута у колена носок впереди.

Пассе для выполнения девелопе назад

Стойка на левой, правая согнута в сторону, носок у колена сзади.

Пассе для выполнения девелопе в сторону

Стойка на левой, правая согнута в сторону, носок у колена в сторону.

-батман тандю, батман жете, вращения; хореографические связи с включением гимнастических. Акробатических элементов.

-Элементы народного танца:

Шаг с притопом на месте.

Раз – шагаем левой ногой на месте;

два – делаем притоп правой ногой впереди левой;

раз – шаг на месте правой ногой;

два – делаем притоп левой ногой впереди правой.

Припадание.

Этот элемент выполняется с небольшим продвижением в сторону.

Раз – делаем небольшой шаг вправо, сгибая колени и приседая;

и – подтягивая левую ногу к правой и встаём на носки.

Гармошка.

Раз – соединяем носки обеих ног, а пятки разведи в стороны;

и – соединяем пятки, носки разводим в стороны.

Движение можно делать вправо и влево.

В- учащийся выполняет элементы правильно, носок натянут, соблюдает музыкальный ритм. Обладает хорошей выразительностью движений.

С- учащийся выполняет элементы с незначительными ошибками, соблюдает ритмичность. Обладает средней выразительностью движений.

Н- учащийся выполняет элементы с ошибками, путает терминологию, не соблюдает музыкальный ритм. Движения не выразительны.

Тема «Итоговое занятие».

Концерт.

-Выполнение танцев, концертных номеров.

В - *высокий уровень*: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, соблюдая хореографические рисунки. Уверенно держится на публике, артистичен.

С - *средний уровень*: учащийся выполняет движения в правильной последовательности, но не точно. Незначительно ошибается при выполнении хореографических рисунков. Уверенно держится на публике.

Н - *низкий уровень*: учащийся допускает ошибки в последовательности выполнения элементов. Не соблюдает хореографических рисунков. Не уверенно держится на публике.