



Министерство образования и науки Российской Федерации
Департамент образования администрации г. Братска
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детского и юношеского творчества»
муниципального образования г. Братска

РАССМОТРЕНО

Заседание МС
МАУ ДО «ДДЮТ»
Протокол № 1
от 30.08.2017
Зам. директора по УВР
Сумина А.В. 

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 128
от 1.09.2017
Директор
МАУ ДО «ДДЮТ»
Панасенкова Л.П. 



Дополнительная общеобразовательная
программа (общеразвивающая)
хореографической школы – студии
«Ритмика и танец».

Срок реализации программы – 3 лет
Возраст обучающихся – 4 - 7 лет

Автор - составитель:
Щетинина Светлана Алексеевна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ДДЮТ»

Братск - 2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная комплексная общеразвивающая программа «Геометрия тела» хореографической школы-студии разработана на основе: Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановления Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. № 295 « Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2010 годы»; Конвенции о правах ребенка; Федерального закона от 24. 07.1998г. № 124-ФЗ (ред. От 28.12.2016) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

Направленность программы: по содержанию – художественная; по функциональному назначению – учебно-познавательная; по целевой установке – развивающая; по форме организации – коллективная, групповая, индивидуальная.

Образовательная программа направлена на обучение детей основам хореографического, музыкального искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, выявление и развитие одарённых детей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Новизна программы состоит в том, что в ней адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца, включающие: гимнастику (классическую партерную гимнастику, элементы восстановительной гимнастики по системе «Пилатес», Стретчинг», основы дыхательной гимнастики, элементы акробатики), ритмику, бальный танец, историко-бытовой танец, основы классического, современного танцев, основ музыкальной грамоты, сольфеджио, слушанья музыки. Такая систематизация и подход, в первую очередь, позволяют сформировать и закрепить устойчивый интерес к музыке, к танцевальному искусству и своему здоровью, во вторых, ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями, а также раскрыть творческий потенциал и темперамент детей.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, историко-бытовой, бальной и современной хореографии, гимнастики (классической партерной гимнастики, «Стретчинга», элементов восстановительной гимнастики по системе «Пилатес», элементов акробатики), ритмики, а также, включённых в неё интегрированных дисциплин: «Основ музыкальной грамоты», «Основ

сольфеджио» и «Слушания музыки», которые помогают учащимся быстрее адаптироваться к репетиционно - постановочной работе.

Педагогическая целесообразность состоит в целенаправленной работе, позволяющей осуществить комплексную хореографическую и музыкальную подготовку обучающихся в течение всего курса обучения и расширить возможности творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что в ней учтены условия развития детей в современном мире (нагрузки на костно-мышечную систему, провоцирующие гиподинамию и, следовательно, повышающие риск развития заболеваний опорно-двигательного аппарата). Поэтому в программе сделан акцент не только на развитие общефизических, «балетных» данных, но и на оздоровление организма ребенка, развитие мотивации к здоровому образу жизни по оздоровительной системе пилатес, которая укрепляет мышечный корсет спины, способствует профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой системы.

Цель: создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации ребенка и укрепления здоровья средствами хореографического искусства.

Задачи

Обучающие:

- формировать практические навыки и применение теоретических знаний по основным хореографическим предметам образовательной программы школы – студии (основ классического, современного танцев, гимнастики, ритмики, бального и историко-бытового танцев);
- сформировать базы знаний по основам музыки;
- сформировать навыки сольной исполнительской практики и коллективной творческой деятельности, их практическое применение;
- сформировать первоначальные навыки актёрского мастерства.

Развивающие:

- развить специальные навыки: координации, ловкости, силы, выносливости, гибкости, правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника, музыкально-пластической и технической выразительности, активизации специфических видов памяти: моторной (мышечной), слуховой и образной;
- совершенствование костно-мышечного аппарата – разработка и коррекция природных физических данных.

- укрепление нервной системы.

Воспитательные:

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественно-эстетического вкуса (эмоционально-ценностного отношения) к искусству;
- помочь в формировании общей культуры - привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися.

Возраст детей: 4-7-лет.

Срок реализации программы - 3 года. *Первый этап* – подготовительное отделение (начальный курс). Образовательная программа включает в себя изучение теоретического и практического материалы.

Формы проведения занятий:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров;
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание и взаимодействующих между собой.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного часа для дошкольников 30 мин, с пятиминутным перерывом после каждого занятия.

Формы контроля и оценки.

Оценка результативности освоения программы основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Наряду с основными методами оценки результативности обучения применяется разработанная в учреждении система контроля успеваемости и аттестации обучающихся. Данная система предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной

программы на каждом этапе обучения. Основным методом промежуточной аттестации по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- уроки повторения и закрепления пройденного материала;
- зачётные уроки;
- открытые уроки для родителей;
- отчётные концерты для родителей;
- концертные выступления обучающихся;
- экзамен (по окончании, прохождения каждого этапа).

Процедура оценки эффективности обучения на соответствующем этапе предполагает соотнесение следующих параметров и критериев, разработанных педагогами школы-студии, с уровнями хореографической подготовки.

Параметры оценивания уровня хореографической подготовки:

Профессиональные физические данные костно-мышечного аппарата:

- Постановка корпуса, рук, ног и головы;
- Выворотность в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах;
- Балетный шаг;
- Подъем стопы;
- Гибкость позвоночного столба в грудном и поясничном отделах;
- Прыжок.

Музыкально-ритмические способности

- Чувство ритма;
- Координация движений (нервная; мышечная, двигательная, музыкально-ритмическая)

Сценическая культура.

- Эмоциональная выразительность
- Создание сценического образа

Уровни хореографической подготовки:

Достаточный уровень - ученик умеет прочувствовать на себе и контролирует в течение занятия, а так же может теоретически объяснить без ошибок материал.

Средний уровень - те же требования ученик может проконтролировать, исполнить и объяснить с незначительными ошибками.

Недостаточный уровень – ученик не может проконтролировать и исполнить без ошибок материал, путается в объяснении.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Цель:

Наработка первичной координации слуховых и двигательных навыков.

Задачи:

1. Развитие первоначальных навыков координации движений, музыкальности, танцевальности.
2. Первоначальное развитие необходимых физических данных для занятий хореографией (шаг, прыжок, подъем, выворотность, гибкость, апломб).

Планируемые результаты на конец учебного года:

1. Обучающийся должен чувствовать занятую позу.
2. Должен знать хореографические рисунки- круг, линии.
3. Знать музыкально – ритмические движения, упражнения танцевальной гимнастики, репертуар игровых танцев в рамках программы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (упражнения на ориентировку в пространстве, порядковые и ритмические движения):	4	18	22
2	Раздел № 2. Игровой танец (логоритмические комбинации, с использованием различных музыкальных и танцевальных предметов, сюжетно-ролевые игры)	4	20	24
3	Раздел № 3. Музыкально-ритмические игры.	2	8	10
4	Раздел № 4. Танцевальная гимнастика (классическая партерная гимнастика, игровой «Стретчинг», основы дыхательной гимнастики, элементы акробатики).	4	20	24
5	Раздел № 5. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский бальный танец.	4	16	20
6	Раздел № 6. Формы контроля	8	30	38
7	Раздел № 7. Комплектование групп		6	6
	Итого			144

Содержание учебного плана.

Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (упражнения на ориентировку в пространстве, порядковые и ритмические движения).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу; должен знать хореографические рисунки - круг, линии; музыкально – ритмические движения. Упражнение на ориентировку в пространстве: «круг»-

расширение. Упражнение на ориентировку в пространстве: «круг»- сужение. Шаги - высокий шаг, на полупальцах. Музыкально-ритмические упражнения: Шаги - танцевальный шаг. Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для тазобедренных суставов - «твист» в положении «солдатики». Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для тазобедренных суставов - «часики». Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для плечевого пояса – одновременное поднимание и опускание. Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для локтевого сустава и кистей – одновременное сгибание и разгибание, «крылышки». Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для ног – «кан-кан». Музыкально-ритмические упражнения: Шаги - пружинящий шаг. Упражнения для головы - наклоны в сторону. Музыкально-ритмические упражнения: Упражнения для ног – «кик».

Раздел № 2. Игровой танец (логоритмические комбинации, с использованием различных музыкальных и танцевальных предметов, сюжетно-ролевые игры)

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, репертуар игровых танцев в рамках программы. Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образы машины, курицы, цыплят. Логоритмическая комбинация: «Закружилась юла» - образы комара, паучка. Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образы паровоза, козлёнка, спортсмена, щенка. Логоритмическая комбинация: «Закружилась юла» - образ птицы. Упражнение на ориентировку в пространстве: свободное движение в пространстве. Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образы кошки, поросят. Логоритмическая комбинация: «Расширься круг». Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образы самолёта, зайца, медведя. Логоритмическая комбинация: «Ручки – 2 подружки». Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образ уточки. Логоритмическая комбинация: «Буратино». Сюжетно – ролевая игра: «У бабушки Забавушки» - образ цирковой лошадки. Логоритмическая комбинация: «Любопытная Варвара» Логоритмическая комбинация: «Ёжики». Логоритмическая комбинация: «Ножки невелички». Логоритмическая комбинация: «Скачет зайка у ворот» Логоритмическая комбинация: «Маленькая уточка». Логоритмическая комбинация: «Хлопы-шлёпы»

Раздел № 3. Музыкально-ритмические игры.

Теория: Переключение внимания, поддержание дисциплины, снятие напряжение, сплочивание детей в единый коллектив.

Практика: Знать музыкально-ритмические игры в рамках программы. Огуречик. Вправо-влево. Ручеёк. Птицы в клетке. Удержи позу.

Раздел № 4. Танцевальная гимнастика (классическая партнерная гимнастика, игровой «Стретчинг», основы дыхательной гимнастики, элементы акробатики).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать упражнения танцевальной гимнастики. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: «Цыплёнок и солнышко» - образы цыплёнка, змейки. Элементы акробатики: «Вис» - подготовительное упражнение к «мосту». Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: образ птицы. Основы дыхательной гимнастики: глубокий вдох и выдох со звуками «пух», «мяу», «гав» в позе с согнутыми коленями сидя на пятках. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: образ кошки. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: образ рыбки. Элементы акробатики: «Стойка» - подготовительное упражнение. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: образ бабочки. Основы дыхательной гимнастики: глубокий вдох и выдох со звуками «пух», «мяу», «гав» в позе лёжа на спине. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: образ веточки. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: «Кто я» - образ рыбки, веточки. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: «Кто я» - образ носорога, змеи. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: «Кто я» - образ страуса, кошки, бабочки. Танцевальная гимнастика - «игровой стретчинг»: «Невоспитанный мышонок» - образ рыбки, лягушки. Логоритмическая комбинация: «У тётушки Натальи»

Раздел № 5. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский балльный танец.

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать все движения и репертуар детских балльных танцев в рамках программы. Азбука хореографии: элементы народного танца - бег – «высокий бег» - перескоки; Детский балльный танец - комбинация №1. Азбука хореографии - элементы народного танца: Бег – бег с поджатыми (на месте). Азбука хореографии: - элементы классического танца – releve. Детский балльный танец – «Танец маленьких утят». Элементы народного танца: Allegro (прыжки) - temps leve soute (трамплинный на месте). Азбука хореографии: Элементы народного танца - Allegro (прыжки) – с поджатыми (в продвижении). Азбука хореографии - элементы народного танца: Allegro (прыжки) - temps leve soute (трамплинный в продвижении). Азбука хореографии – детский балльный

танец: Комбинация №2. Азбука хореографии – элементы классического танца: позиции ног - I (свободная), IV. Азбука хореографии – элементы классического танца: «пружинка»- подготовительное движение к demi plie. Азбука хореографии – элементы классического танца: «солдатик»- подготовительное упражнение к постановке корпуса, руке, ног и головы.

Раздел № 6. Формы контроля

Теория: Отслеживание динамики индивидуального практического развития обучающихся, теоретических знаний и личностных успехов.

Практика: Развитие физических данных, музыкально-ритмических способностей, сценической культуры. Нарботка практических навыков в рамках программы. Уроки повторения и закрепления пройденного материала. Зачётные уроки. Открытые уроки.

Раздел № 7. Комплектование групп. Комплектование групп

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

Цель:

Нарботка первичной координации слуховых и двигательных навыков.

Задачи:

1. Развитие первоначальных навыков координации движений, музыкальности, танцевальности.
2. Первоначальное развитие необходимых физических данных для занятий хореографией (шаг, прыжок, подъем, выворотность, гибкость, апломб).

Планируемые результаты на конец учебного года:

1. Обучающийся должен чувствовать занятую позу.
2. Должен знать хореографические рисунки - круг, линии.
3. Должен уметь пройти в образе животного, птицы.
4. Знать движения и репертуар игровых танцев в рамках программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
	Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (Упражнения на ориентировку).	4	18	22
2.	Раздел № 2. Игровой танец (логоритмические комбинации (танцевальные комбинации), с использованием различных музыкальных и танцевальных предметов).	4	20	24
3.	Раздел № 3. Танцевальная гимнастика (партерный ехercisse, партерная гимнастика (par			

	terre), игровой «Стретчинг», элементы акробатики)	10	36	46
4	Раздел № 4. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский бальный танец.	4	10	14
5	Раздел № 5. Формы контроля.	8	30	38
	Итого			144

Содержание учебного плана.

Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (Упражнения на ориентировку).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу; должен знать хореографические рисунки - круг, линии; музыкально – ритмические движения. Упражнения на ориентировку - построения в колонну, через одного в колонну, через одного в колонну парами. Упражнения на ориентировку - построения через пару в колонну парами. Упражнения на ориентировку - построения шеренгами.

Раздел № 2. Игровой танец (логоритмические комбинации (танцевальные комбинации), с использованием различных музыкальных и танцевальных предметов).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, репертуар игровых танцев в рамках программы. Танцевальная комбинация «Уточка» - 1ч. Танцевальная комбинация «Уточка» 2ч. Танцевальная комбинация «Кукла» 1ч.

Раздел № 3. Танцевальная гимнастика (партерный exercisse, партерная гимнастика (par terre), игровой «Стретчинг», элементы акробатики).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать упражнения танцевальной гимнастики. Элементы акробатики – «колесо». Par terre с использованием реквизитов (резиновый эспандер). Par terre – упражнения для выворотности стоп и развития «подъёма». Par terre – положение корпуса на животе в I позиции («змейка», «сфинкс»). Par terre (понятие «ось»). Par terre (понятие «действие, противодействие»). Par terre (понятие «напряжение, расслабление»). Партерный exercisse - «Складочка» стоя в I позиции. Партерный exercisse - «Складочка» сидя с I позицией. Par terre – «Боковая растяжка» на поперечном шпагате. Par terre: Упражнение – поза «собаки». Партерный exercisse - «Положение корпуса на животе»

(техника исполнения, биомеханика). Par terre - упражнения для тазобедренных суставов – «лягушка» (развитие выворотности). Par terre - упражнения для развития выворотности в тазобедренных суставах (работа в парах). Par terre - Долевые шпагаты с перекрутом. Par terre - упражнения для стоп в положении сидя. Par terre - упражнения для стоп в положении стоя и полуприседании (полупальцы, подъём). Par terre – «пловец». Par terre – «качель». Par terre - растяжки- техника исполнения. Par terre – «кораблик». Партерный ехерсиссе: «Положение корпуса на животе» – техника исполнения, биомеханика. Партерный ехерсиссе: «Положение корпуса на животе» – I скошенная позиция, прогиб в грудном отделе (техника исполнения, биомеханика). Партерный ехерсиссе: «Положение корпуса на животе» – I скошенная позиция, прогиб в грудном отделе, работа противоположных рук (техника исполнения, биомеханика).

Раздел № 4. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский балльный танец.

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать все движения и репертуар детских балльных танцев в рамках программы. Элементы классического танца: Allegro с использованием реквизитов (утяжелители). Элементы классического танца: Demi plie, grand plie – техника исполнения. Элементы классического танца: Releve – техника исполнения. Элементы классического танца: Allegro – понятие «толчок». Элементы классического танца: Движение - «Сценический бег».

Раздел № 5. Формы контроля.

Теория: Отслеживание динамики индивидуального практического развития обучающихся, теоретических знаний и личностных успехов.

Практика: Развитие физических данных, музыкально-ритмических способностей, сценической культуры. Нарботка практических навыков в рамках программы. Уроки повторения и закрепления пройденного материала. Зачётные уроки. Открытые уроки.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

Цель:

Дальнейшее развитие первичной координации слуховых и двигательных навыков.

Задачи:

1. Развитие первоначальных навыков координации движений, музыкальности, танцевальности.

- Первоначальное развитие необходимых физических данных для занятий хореографией (шаг, прыжок, подъем, выворотность, гибкость, апломб).

Планируемые результаты на конец учебного года:

- Обучающийся должен чувствовать занятую позу.
- Должен знать хореографические рисунки - круг, линии.
- Должен уметь пройти в образе животного, птицы.
- Знать движения и репертуар игровых танцев в рамках программы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (Упражнения на ориентировку).	4	18	22
2	Раздел № 2. Танцевальная гимнастика (партерная гимнастика, партерный exercisse, (par terre), игровой «Стретчинг», элементы акробатики)	10	52	62
3	Раздел № 3. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский бальный танец.	4	18	22
4	Раздел № 4. Формы контроля.	8	30	38
	Итого			144

Содержание учебного плана.

Раздел № 1. Музыкально-ритмические движения (Упражнения на ориентировку).

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу; должен знать хореографические рисунки - круг, линии; музыкально – ритмические движения. Упражнения на ориентировку в пространстве (построение в колонну по одному, построение в колонну через одного в пары). Музыкально – ритмические упражнения - упражнения для рук (с резиновым эспандером, реквизитом).

Раздел № 2. Танцевальная гимнастика (партерная гимнастика, партерный exercisse, (par terre), игровой «Стретчинг», элементы акробатики)

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать упражнения танцевальной гимнастики. Отработка навыка напряжения и расслабления мышцы. Партерная гимнастика - «Планка» - лицом вниз, вверх.

Партерная гимнастика - Упражнение для развития гибкости - «большой мост» - 8 тактов, 2/4. Упражнение для развития гибкости - «полумост» - 8 тактов, 2/4. Упражнение для развития гибкости - «кораблик» - 8 тактов, 2/4. Упражнение на развитие силы в мышцах спины - «качель» - 8 тактов, 2/4. Упражнение для развития гибкости - «мост» у опоры. Партерная гимнастика - Упражнение для развития гибкости - «кораблик» с переходом на бёдра и грудь в паузе - 8 тактов, 2/4. Партерная гимнастика - Упражнение для развития гибкости - «маленький мост» - 8 тактов, 2/4. Партерная гимнастика - Упражнение для развития гибкости - ходьба в положении большого моста - 8 тактов, 2/4. Партерная гимнастика - Упражнение для развития гибкости - «большой мост» у опоры - 8 тактов, 2/4. Партерная гимнастика – подготовительное упражнение к *battement tendu* в положении лёжа на животе (стопы скошенные и натянутые). Партерная гимнастика – подготовительное упражнение к *battement tendu* в положении сидя (стопы скошенные и натянутые). Партерная гимнастика – силовое упражнение для стоп в положении сидя по VI, I позициях. Партерная гимнастика – силовое упражнение для стоп в положении лёжа на спине по VI, I позициях. Партерная гимнастика – Упражнения с резиновым эспандером для рук. Партерная гимнастика – переход с «большого моста» на локти. Партерная гимнастика – подъём колена в согнутом положении в положении сидя, VI позиция. Партерная гимнастика: упражнения для выворотности стоп в положении сидя; упражнения для выворотности, подъёма стоп в полуприседании. Партерная гимнастика – «большой мост» у опоры. Партерная гимнастика – упражнения для развития выворотности (в паре). Партерная гимнастика - «боковая растяжка». Партерная гимнастика - поза «собаки». Партерная гимнастика - долевые шпагаты с перекрутом.

Раздел № 3. «Азбука хореографии» - элементы классического, народно-сценического танцев, детский балльный танец.

Теория: Знать терминологию, методику движений в рамках программы.

Практика: Обучающийся должен чувствовать занятую позу, знать все движения и репертуар детских балльных танцев в рамках программы. Элементы классического танца: *allegro - temps leve soute* (трамплинный, с изменением темпа). Элементы классического танца - постановка корпуса, рук, ног и головы у палки в VI, I свободной позиции. Элементы классического танца - *releve* у палки в VI, I свободной позиции. Элементы классического танца: *allegro* (толчок, с использованием утяжелителей), *temps leve soute* (трамплинный с изменением темпа). Элементы народно-сценического танца - IV позиция рук. Элементы народно-сценического танца – прыжки с поджатыми (в продвижении, на месте, с изменением темпа).

Раздел № 4. Формы контроля.

Теория: Отслеживание динамики индивидуального практического развития обучающихся, теоретических знаний и личностных успехов.

Практика: Развитие физических данных, музыкально-ритмических способностей, сценической культуры. Нарботка практических навыков в рамках программы. Уроки повторения и закрепления пройденного материала. Зачётные уроки. Открытые уроки.

Список литературы.

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года №1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»»
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодёжи от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
6. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.-Л.-М.:Искусство, 2009
7. Базарова Н. Классический танец.-Л.: Искусство, 2011
8. Ваганова А. Основы классического танца.-Л.-М.: Искусство, 1963
9. Грачева В., Зырянова И. Тайны моего тела. СПб: ИК «Комплект», 1999
10. Демидов И. Искусство жить на сцене. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2013
11. Диниц Е. Джазовые танцы. М.: ООО «Издательство АСТ», 2010
12. Еремина М. Роман с танцем. СПб: «Танец», 1998
13. <http://doshkolnuk.com/pedagogika-vozrastnogo>