

Муниципальная автономная организация
дополнительного образования
«Центр детского творчества «Хибины» города Кировска»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
ЦДТ «Хибины»
Протокол № 1
от 31 08 20 18 г.

СОГЛАСОВАНО
научно-методическим
советом
Протокол № 4
от 16 05 20 18 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЦДТ «Хибины»
[подпись] 20__ г.
Е.В. Караваева



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«ГРАЦИЯ»

Срок реализации: 2 года
Возраст: 7-14 лет

Составитель:
Воронова Ирина Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Кировск,
2018 год



Год разработки и редактирование ДООП

2017 – 2018 учебный год – первый вариант программы

2018 – 2019 учебный год – первое редактирование программы. Программа приведена в соответствие с требованиями Положения о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МАОДО «ЦДТ «Хибины», разработан методический кейс

В декабре 2018 года внесены изменения в разделе 1.1. Пояснительная записка: Приказ 1008 от 2013 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» заменен на Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»



I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография – искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во – вторых, искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. В связи с этим значительно вырос интерес к занятиям хореографии.

Уровень программы: базовый

В основе программы:

1. Программа хореографического ансамбля «Непоседы», автор Архипова О.А. - педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории
2. Программа «Основы классического танца», автор Кадникова Д.Р. – преподаватель хореографии МБУ ДО «Детская школа искусств» г. Сысерть

Направленность программы – художественная.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Постановление Министерства Здравоохранения РФ от 4 июля 2014г. № 41 «Сан-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерство образования и науки России № 09-3242 от 18.11.2015 г Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

Актуальность программы. В процессе учебных занятий в школе у детей снижается работоспособность, в результате длительного сидения за партой нарушается осанка. Одной из важнейших задач учебно – воспитательного процесса в учебном объединении «Грация» является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Увеличение объема двигательной активности детей оказывает также лечебный эффект. В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, профилактики

заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора физического и эмоционального развития в ходе занятий хореографией, с помощью здоровьесберегающих технологий. В этом и заключается актуальность данной программы.

Основным отличием данной программы является то, что она разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, с учётом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей. Данная программа позволяет обучаться детям с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и. т. д.)

Программа направлена на укрепление здоровья учащихся, на исправление физических недостатков, деформаций, таких, как: сколиоз, плоскостопие, слабый мышечный тонус и т.д.

Новизна данной программы заключается в комплексном подходе к формированию и развитию у детей художественно-творческих способностей: развитие фантазии, чувства ритма, темпа, умения владеть и управлять своим телом, коллективности, актерского мастерства.

Педагогическая целесообразность программы.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для обучаемых различного возраста и в разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 7-10 лет

2 год обучения: 11-14 лет

Адресат программы: Программа рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. Возраст детей, рекомендуемый для начала занятий - от 7 лет.

В коллектив принимаются все желающие при наличии свободных мест и отсутствии медицинских противопоказаний.

В коллектив принимаются все желающие дети.

Объем программы – общее количество учебных часов: 360

Формы организации образовательного процесса Занятия проводятся в форме уроков, репетиция. Концертные выступления проводятся вне рамок ДООП

2 раза в неделю по 2 часа (1-й год обучения)

3 раза в неделю по 2 часа (2-й год обучения)

На занятиях используются следующие формы организации детей:

Форма основной части зависит от организации занятия. Наиболее простая форма – одночастная, когда упражнения проводятся только у опоры, только на середине или только на бревне. Возможны двухчастная (у опоры, затем на середине; на середине).

Срок освоения программы – 2 года

1-й год обучения: 144 часа; 2-й год обучения: 216 часов.

1.2 . ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала обучающихся, воспитание «музыкального тела», способного выразить в пластике танец, укрепление физического и психического здоровья обучающихся средствами хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные

- формирование у обучающихся основы знаний по предметам: ритмика и музыкальная грамота, движения классического экзерсиса.
- ознакомление обучающихся с историей танцевального искусства.

- ознакомление обучающихся с историей развития современных направлений в хореографии.
- *Обучающие*
- приобретение базовых знаний в хореографическом искусстве;
- формирование красивых манер, походки, осанки, выразительность телодвижений и поз;
- формирование музыкально-ритмической координации движений;
- обучение основам пластики, основам классического танца .

Развивающие

- развитие чувство ритма, темпа, исполнительских навыков в танце, художественно-творческие способности и художественный вкус;
- развитие творческих способностей детей, активизация воображения и расширение кругозора;
- создание условий для развития профессиональных интересов детей, межличностного общения и сотрудничества в коллективе обучающихся.

Воспитательные

- воспитание качеств личности: умение взаимодействовать с взрослым, сверстниками, проявлять взаимопомощь, вносить вклад в общий успех;
- воспитание чувства коллективизма;
- воспитание у детей ответственности.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1.УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

N п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмопластика и музыкальная грамота	60	12	48	Контрольный урок
2	Подготовительные и корректирующие упражнения	77	10	67	Контрольный урок
3.	Классический экзерсис	103	18	85	Контрольный урок
4.	Танцевальные этюды, комбинации.	42	4	38	Творческое задание
5.	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.	66	-	66	Концертные выступления
6.	Итоговые занятия	12	-	12	Открытые уроки
Итого:		360	54	306	

Учебно – тематический план 1 год обучения

N п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмопластика и музыкальная грамота	24	6	18	Контрольный урок
2	Подготовительные и	31	4	27	Контрольный урок

	корректирующие упражнения				
3.	Классический экзерсис	39	6	33	Контрольный урок
4.	Танцевальные этюды, комбинации.	16	2	14	Творческое задание
5.	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.	28	-	28	Концертные выступления
6.	Итоговые занятия	6	-	6	Открытые уроки
Итого		144	28	116	

Учебно – тематический план 2 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмопластика	36	6	30	Контрольный урок
2.	Подготовительные и корректирующие упражнения	46	6	40	Контрольный урок
3.	Классический экзерсис	64	12	52	Контрольный урок
4.	Танцевальные этюды, комбинации.	26	2	24	Творческое задание
5.	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.	38		38	Концертные выступления
6.	Итоговые занятия	6	-	6	Открытые уроки
Итого		216	26	190	

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Содержание учебного плана первого года обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности – 2 часа.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Беседа о танцевальном искусстве. Обсуждение плана работы, репертуара на текущий учебный год.

Раздел 1

Тема: Ритмопластика – 24 часа

Теория: Вводное занятие. Метр, определить движением начало такта. Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

Теория: логика поворота вправо и влево. Дирижерские жесты: 2/4, 3/4, 4/4.

Практика: Практическое освоение понятия «мелодия и движение».

Дирижерские жесты с шагом, бегом, прыжками.

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

Правила и логика перестроений в круг, линию, колонну.

Раздел 2 Подготовительные и корректирующие упражнения – 31 час

Теория: Упражнения подводящие к экзерсису.

Практика: Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Упражнения для исправления седлообразной спины.

Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas sougu).

Танцевальные шаги

Упражнения для исправления асимметрии лопаток.

Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas sougu).

Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Упражнения для исправления Х - образных и О - образных ног. Легкий бег

Упражнения на напряжение и расслабление мышц.

Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.

Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями.

Шаги на пятках.

Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Раздел 3.Классический экзерсис – 39 часов.

Теория: Основные позиции ног, рук, постановка корпуса. Основные позиции ног, рук, постановка корпуса. Маленькие и большие позы croisee и efface.

Практика: Demi-plie по I позиции en face, в epaulement.

Battement tendu. Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.

Battement tendu jete.

Battement releve lent.

Demi-rond de jambe на 45o en dehors и en dedans на всей стопе.

Grand battement jete

Grand battement jete в больших позах.

Releve на полупальцы по I позиции с вытянутых ног и с demi-plie.

Battement releve lend

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Соотнесение пространственных построений с музыкой.

1 porf de bras (на середине) en face и epaulement

Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Раздел 4 Танцевальные этюды, комбинации – 16 часов

Практика: Постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале

Раздел 5 Постановочная и репетиционная работа – 28 часов

Практика: Стилизованный классический танец. Стилизованный современный танец

Содержание учебного плана второго года обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности – 2 часа.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Беседа о танцевальном искусстве. Обсуждение плана работы, репертуара на текущий учебный год.

Раздел 1. Ритмопластика – 36 часов

Теория: Вводное занятие. Названия основных шагов и элементов танца, азбука движений (терминология танцевальной культуры). Знакомство с основными направлениями хореографии Метр, определить движением начало такта. Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

Практика: Практическое освоение понятия «мелодия и движение».

Дирижерские жесты с шагом, бегом, прыжками.

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

Правила и логика перестроений в круг, линию, колонну

Раздел 2 Подготовительные и корригирующие упражнения – 46 часов

Теория: . Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, в осанке вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения. Упражнения подводящие к экзерсису.

Практика: Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Упражнения для исправления седлообразной спины.

Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).

Танцевальные шаги

Упражнения для исправления асимметрии лопаток.

Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).

Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Упражнения для исправления Х - образных и О - образных ног. Легкий бег

Упражнения на напряжение и расслабление мышц.

Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.

Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.

Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.

Раздел 3 Классический экзерсис – 64 часа.

Теория: Основные позиции ног, рук, постановка корпуса. Основные позиции ног, рук, постановка корпуса. Маленькие и большие позы croisee и efface.

Практика: С каждым этапом подготовки упражнения и комбинации усложняются.

Экзерсис у станка:

- demi-plie, grand-plie + port de bras – исполняются в комбинации, меняем последовательность, сложность и количество повторений по всем позициям.
- battement tendu, battement tendu jete – выполняются крестом, в том числе обратным, сочетаются с piquee, plie. Комбинации меняются и усложняются.
- rond de jambe par terre – выполняется en dehors и en dedans, с обводкой в plie, с круговыми grand battement jete.
- battement fondu – выполняется на полупальцах, с double fondu, с tombee, с подменой ног.
- battement frappe – выполняется на полупальцах, с double frappe, сочетается с petit battement.
- rond de jambe en Lair + fouette – выполняется в разном темпе
- adagio – сочетается с plie, grand- plie, port de bras.
- grand battement jete – выполняются по большим позициям, сочетаются с plie, комбинации усложняются.

Экзерсис на середине зала:

- adagio;
- battement tendu, battement tendu jete;
- rond de jambe par terre;
- battement fondu;
- rond de jambe en Lair + pas de bourree;
- grand battement jete.

Все упражнения выполняются в среднем или медленном темпе с четким контролем положения тела, равновесия, закрепляются большие позы, комбинации средней сложности. Уделяется внимание выразительности поз, рук, положению головы и т.д.

Allegro(прыжки):

- assemble; - jete;
- grand echape;

- grand sissonne ouverte в позу efface вперед;
- grand sissonne ouverte в позу ecartee назад;
- sissonne fondu на 90 градусов;
- подскоки, маховые прыжки, прыжки шагом, прыжки с поворотами, перекидные прыжки.

Сначала выполняются по отдельности, акцент делается на технике, впоследствии прыжки собираются в комбинации, которые меняются каждые 5-6 занятий.

Вращения на середине и по диагонали:

- tours en dedans en dehors;
- chaines;
- tours piquee;
- soutenu;
- fouette.

Простые туры выполняются на середине, количество вращений увеличивается.

Туры chaines, tours piquee и soutenu выполняются по диагонали и по кругу и также собираются в комбинации.

Раздел 4 Тема: Танцевальные этюды, комбинации – 26 часов

Постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале

Раздел 5 Тема: Постановочная и репетиционная работа – 38 часов

Практика: Стилизованный классический танец. Стилизованный современный танец

1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа предусматривает овладение основами музыкальной грамоты, развитие координации, ловкости, силы, выносливости, исполнительской техники, умение выразительно, одухотворенно выполнять движения.

В ходе освоения программы «Грация», ребенок получает комплекс знаний и умений, опыт творческой деятельности в хореографическом искусстве. Занятия по хореографии способствуют гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формируют их фигуру, развивают физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Ожидаемый результат реализации программы предполагает собой усвоение учащимися теоретических и практических знаний по предметам: ритмика и элементы музыкальной грамоты, классический танец, основные направления современной пластики;

Программа предусматривает овладение основами музыкальной грамоты, развитие координации, ловкости, силы, выносливости, исполнительской техники, умение выразительно, одухотворенно выполнять движения. А также выступления с концертными номерами на сцене, участие в разных концертах, конкурсах, фестивалях.

Планируемые результаты первого года обучения

Знания:

- строения музыкального произведения
- метрической длительности
- позиции ног
- танцевальные шаги, подскоки, танцевальные элементы.

Умения:

- уметь выразить через движения темп и характер музыкального произведения.
- уметь определять начало и конец музыкальной фразы.
- выполнять коррегирующие упражнения



Приобрести навыки:

- выразительного движения,
- навыки ориентации в пространстве,
- навыки выполнения акробатических упражнений.



Планируемые результаты второго года обучения

Знания:

- основных терминов классического танца
- основ ритмопластики: изоляция, контракция, освобождение.

Умения:

- выполнения комплекса растяжек
- умения выполнять движения изоляции, конструкции, освобождения,
- одним «центром»

Приобрести навыки:

- постановки корпуса лицом к станку, на середине.
- навыки выполнения элементов классического танца
- навыки приобретения приемов контракции и релаксации из различных исходных положений.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Количество учебных часов на 2018-2019 учебный год:

Первый год обучения –144 часа

Второй год обучения – 216 часов

Занятия по программе проводятся с 1 сентября (второй и последующие года обучения) с 10 сентября (первый год обучения) по 31 мая каждого учебного года, включая каникулярное время, кроме зимних каникул.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

- Помещение.
- Аппаратура (музыкальный центр).
- Фонотека.
- Коврики для занятий ритмикой.
- Сценические костюмы.

Методическое обеспечение:

Система занятий строится на базе одного из следующих типов занятий: весь материал изучается последовательно, от простого к сложному. При этом предложенный материал творчески перерабатывается и усваивается постепенно шаг за шагом.

При изучении тем программы происходит обогащение знаний, умений, навыков учащихся и расширяется репертуар учебного объединения «Грация». Для стимулирования самостоятельной познавательной деятельности индивидуализируется помощь учащимся, варьируется темп работы с ориентацией на интересы и возможности учащихся.

Обязательным направлением в деятельности является работа с родителями. На собраниях, в индивидуальных беседах, консультациях обсуждаются успехи учащихся, предлагаются конкретные рекомендации, помощь.

Требования к проведению урока:

Урок проводится в форме группового занятия

При подготовке к уроку необходимо учитывать такие факторы, как

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива.

При проведении урока целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей; сохранять динамичность темпа занятия, живость подачи материала, деловую атмосферу.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык французские термины, принятые в классическом танце;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- обращать внимание учащихся на особенность упражнения, определяющую его сходство или различия с другими;
- равномерно распределять физическую нагрузку в течение всего занятия, соотносить статические и динамические нагрузки;
- чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль за работой мышц;
- соотносить темпы выполнения отдельных заданий;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Уроки хореографии проводятся в танцевальном зале. Наличие специальных станков в зале обязательно. Одна из стен зала должна быть была оборудована зеркалами, но при этом педагогу следует во время занятий периодически менять направление движения учащихся, с

тем чтобы, поворачиваясь то лицом, то спиной к зеркалу, они научились контролировать себя через ощущение.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Основные методы работы педагога-хореографа на уроке - показ движений и словесное объяснение. Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых для обучения (французская терминология, правила исполнения).

Таким образом, два важнейших метода - показ и объяснение - связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

ПЕРИОД	КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ	ФОРМЫ КОНТРОЛЯ
1 год обучения		
1-ое полугодие	Умение устойчиво двигаться в определенном темпе, переключаться из одного темпа в другой, постепенное ускорение или замедление темпа. Умение ориентироваться в пространстве, в танцевальной и маршевой музыке. Четкое музыкальное исполнение учебной комбинации или танца сочиненного учителем на основе пройденного материала.	Контрольный урок
2-е полугодие	Умение отражать в движениях характер музыки, динамические оттенки (форте, пиано, легато), определять начало и конец музыкальной фразы, музыкального предложения. координация и ритмичность движений. Освоение позиций ног: 1, 2, 3, положений рук: на поясе, за юбку, одна рука на поясе, другая за юбку. Танцевальные шаги: шаг с носка, подскоки, галоп, шаг с подниманием колена вперед. Упражнения на полу: стойка на лопатках, «мостик», «коробочка», «лягушка», «шпагат»- продольный, поперечный. «Колесо»- на двух руках, стойка на руках у стены. Умение правильно исполнять учебные комбинации, построенные на изученном материале.	Открытый урок
2 год обучения		
1-ое полугодие	Техника правильной бытовой походки и танцевальных шагов. Умение отметить движением начало такта, «затакт», дирижерские жесты: 2/4, 3/4, 4/4, дирижерские жесты с шагами, бегом и другими движениями. Определение целой ноты, половинной, четвертной. Классический танец: позиции рук: 1, 2, 3, подготовительное положение. Учебное положение кисти в позициях рук. Упражнения классического танца лицом к станку: demi-plie, battemens tendus по 1, 3 позициям ног, перегибы корпуса в сторону,	Контрольный урок

	<p>постановка корпуса лицом к станку. Degage по 2 и 4 позициям ног, 1-ое пордебра на середине зала. Знание плана танцевального зала, согласно схеме А. Я. Вагановой.</p> <p>Знание терминов: «работающая нога», «опорная нога».</p> <p>Changement de pied лицом к станку, temp lewe savte по 1 позиции ног лицом к станку</p>	
2-е полугодие	<p>Классический танец: battements tendus с demi-plie по 1, 3 позиции ног в сторону по мере изучения переходить к изучению вперед и назад. Bfttements tendus jete по 1 позиции ног во все стороны, relewe по 1,3, 2 позициям ног. Перегиб корпуса назад. Passe par terre по 1 позиции ног. Demi-rond de jambe par terre an de or, an dedan. Пордебра 2-ое, 3-е на середине зала.</p>	Открытый урок

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Достижения обучающимися планируемых результатов оценивается по критериями заносятся в диагностические карты.

Диагностическая деятельность

Важной частью образовательной программы является диагностика, предназначенная для изучения интересов, творческой активности, воспитанности, успешности обучающихся, их комфортности в организации.

Тест «Возможности моего тела» - Приложение 4

Диагностика учебных результатов

Предмет	Форма проведения	Ожидаемые результаты
Ритмика и музыкальная грамота	Контрольный урок	Умение двигаться под музыку в заданном темпе, характере. Ориентироваться в музыке: полька, вальс, марш.
Танец. Классический экзерсис	Открытое занятие	Знание позиций ног, положений рук. Правильное исполнение танцевальных шагов, танцевальных движений. Показ упражнений демонстрирующих гибкость, выворотность, растянутость ног.
Классический экзерсис	Контрольный урок	Позиции рук, постановка корпуса. Основы классического танца. Прыжки. Экзерсис у станка. Прыжки, adajio у станка. Arabeski на середине зала. Экзерсис на середине зала. Adajio, allegro на середине зала. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Adajio, allegro на середине зала.
Основы ритмопластики.	Наблюдение.	Свободное владение корпусом, манерой исполнения, танцевальными комбинациями. Изолированная работа одного, двух, трех и более центров, работа «крестом», «квадратом».

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Последовательность изучения материала программы

1 год обучения (7-9 лет):

1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты.
2. Подготовительные упражнения: различные виды шагов, бега, вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.
3. Движения классического экзерсиса у станка и на середине зала.
4. Танцевальные игры па и этюды, танцевальные упражнения, танцевальные композиции, запланированные к постановке.

2 год обучения (10-12 лет):

1. Ритмопластика и музыкальная грамота.
2. Подготовительные упражнения: различные виды шагов и бега, вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.
3. Классический экзерсис у станка и на середине.
4. Танцевальные па, этюды, упражнения, комбинации в различных стилях хореографии. Танцевальные композиции, запланированные к постановке.

На протяжении всего периода обучения действует объяснительно-иллюстративный метод - педагог объясняет и показывает движение.

Использование объяснительно-иллюстративного метода - один из наиболее экономных способов передачи, обобщенного и систематизированного объема учебного материала.

Педагог также часто прибегает к репродуктивному методу, при котором обучающиеся усваивают знания по неоднократному воспроизведению сообщённых им знаний и показанных способов деятельности. Словом, воспроизведение и повторение способа деятельности по образцу являются главным признаком репродуктивного метода.

Оба охарактеризованных метода обогащают детей знаниями, навыками и умениями, формируют у них основные мыслительные операции, но не гарантируют развитие творческих способностей, не позволяют планомерно и целенаправленно их формировать. Эта цель достигается продуктивным методом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. Лань 2006.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л., 1980.
3. Громов Ю.И. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика 2006.
4. Косяченко Г., Черникова Н.Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. - М., 2002.
5. Костровицкая В. С.100 уроков классического танца. Лань, Планета музыки, 2009.
6. Костровицкая В. С. Классический танец. Слитные движения. Руки. Лань, Планета музыки, 2009.

Для работы также используются интернет - ресурсы: Интернет сайт horeograf.COM

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Азбука танцев. Мир твоих увлечений АСТ, Сталкер, 2004.

Календарный учебный график
1-й год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	10	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. <u>Теория:</u> Инструктаж по технике безопасности. Беседа о танцевальном искусстве. Обсуждение плана работы, репертуара на текущий учебный год. Классический экзерсис. Основные позиции ног, рук, постановка корпуса.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Опрос по ТБ, входящая аттестация
2.		12	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Вводное занятие. Метр, определить движением начало такта	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
3.		17	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения подводящие к экзерсису.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
4.		19	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Маленькие позы croisee и efface. Demi-plie	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
5.		24	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления седлообразной спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
6.		26	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика логика поворота вправо и влево	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
7.		октябрь	1	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu. Battement tendu jete.	ЦДТ «Хибины», каб 3

8.	3	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
9.	8	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика «Затактовое» построение. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
10.	10	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Танцевальные шаги, упражнения в партере для развития гибкости, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
11.	15	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Demi-rond de jamb, en dehors и en dedans на всей стопе.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
12.	17	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
13.	22	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления асимметрии лопаток.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
14.	24	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Demi-plies по I, II позициям.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
15.	29	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
16.	31	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Маленькие позы croisee и efface. Demi-plie	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание

17.	ноябрь	5	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты: 2/4, 3/4, 4/4.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
18.		7	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
19.		12	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис relevés на полупальцы по 6, 1, 2 позициям; demi plies по 1, 2 позиции.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
20.		14	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Легкий бег. Упражнения для развития шага вперед; назад; в сторону	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
21.		19	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание	
22.		21	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete в позах.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
23.		26	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
24.		28	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
25.		декабрь	3	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты с шагом, бегом, прыжками.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
26.			5	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Releve на полупальцы по I позиции с вытянутых ног и с demi-plie.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание

27.		10	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Детский игровой танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления
28.		12	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Практика: Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на носках, пятках.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
29.		17	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Plie по I позиции en face.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
30.		19	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
31.		24	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
32.		26	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
33.	январь	09	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
34.		11	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
35.		14	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
36.		16	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание

37.		21	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lend	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
38.		23	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
39.		28	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
40.		30	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Детский игровой танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления
41.	февраль	4	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Практическое освоение понятия «мелодия и движение».	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
42.		6	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
43.		11	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
44.		13	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu jete с I позиции, с V позиции в сторону, вперед и назад	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
45.		18	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
46.		20	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Детский игровой танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления
47.		25	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu jete pique	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание

48.		27	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Детский игровой танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления	
49.	март	4	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Правила и логика перестроений в круг, линию, колонну	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
50.		6	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Petit changement de pied.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
51.		11	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание	
52.		13	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок	
53.		18	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
54.		20	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu jete piqre	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание	
55.		25	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления	
56.		26	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание	
57.		апрель	1	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Соотнесение пространственных построений с музыкой.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
58.			3	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Pas echarpe на II позицию с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de- pied.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольное задание
59.	8		18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций,	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание	

					построенных на Оизученном материале			
60.		10	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис Pas echappe на II позицию с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de- pied.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
61.		15	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
62.		17	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Классический экзерсис 1 porf de bras (на середине) en face и epaulement	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
63.		22	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корректирующие упражнения	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
64.		25	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
65.		29	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корректирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
66.	май	6	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
67.		13	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
68.		15	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корректирующие упражнения	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
69.		20	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Подготовительные и корректирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание



70.	22	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Итоговые занятия Подготовительные и коррегирующие упражнения	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
71.	27	18.30-19.00 19.10-19.40	Урок	2	Итоговые занятия Классический экзерсис	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
72.	29	18.30-19.00 19.10-19.40	Репетиция	2	Итоговые занятия Постановочная и репетиционная работа.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок



Календарный учебный график 2-й год обучения
1 группа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	3	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. <u>Теория:</u> Инструктаж по технике безопасности. Беседа о танцевальном искусстве. Обсуждение плана работы, репертуара на текущий учебный год. Классический экзерсис. Повторение основных позиций ног, рук, постановка корпуса.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Опрос по ТБ, входящая аттестация
2.		5	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Вводное занятие. Метр, определить движением начало такта	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольное задание
3.		7	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения подводящие к экзерсису.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
4.		10	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Маленькие и большие позы croisee и efface. Demi-plie	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
5.		12	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления седлообразной спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
6.		14	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Логика поворота вправо и влево	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
7.		17	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис I port de bras. Battement tendu jete из 1 позиции. 3 позиции	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок

8.		19	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
9.		21	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис I porf de bras. Battement tendu jete из 1 позиции. 3 позиции	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
10.		24	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения — наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
11.		26	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lend (на45°,60°).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
12.		28	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
13.	октябрь	1	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu. Battement tendu jete.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
14.		3	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
15.		5	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика «Затактовое» построение.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
16.		8	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Танцевальные шаги	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
17.		10	16.40-17.25	Урок	2	Классический экзерсис	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок

		17.35-18.20			Demi-rond de jambe на 45о en dehors и en dedans на всей стопе.	каб 3	
18.	12	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
19.	15	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления асимметрии лопаток.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
20.	17	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lent.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
21.	19	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas couru).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
22.	22	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Demi-rond de jambe на 45о en dehors и en dedans на всей стопе.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
23.	24	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Ритмические разминки на развитие отдельных групп мышц	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
24.	26	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис <u>Releve</u> на полупальцах в 1, П и У позициях: 1/на вытянутых ногах; 2/ с предварительным <u>demi plie</u> ;3/ на <u>demi plie</u> в заключение.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
25.	29	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на развитие пресса (сгибание – разгибание корпуса, работа ног).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
26.	31	16.40-17.25	Урок	2	Классический экзерсис	ЦДТ «Хибины»,	Контрольный

			17.35-18.20			<u>Grand plie</u> на I, II, IV, V позициях. /сначала изучается лицом к палке, затем — держась одной рукой за палку/. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу 2-го полугодия — на каждый такт/.	каб 3	урок
27.	ноябрь	2	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты: 2/4, 3/4, 4/4.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
28.		7	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
29.		9	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
30.		12	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления Х - образных и О - образных ног. Легкий бег	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
31.		14	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
32.		16	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete в больших позах.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
33.		19	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete в больших позах.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
34.		21	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
35.		23	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок

36.		26	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис <u>Battement tendu pour le pied (double tendu)</u>	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
37.		28	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
38.		30	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
39.	декабрь	3	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты с шагом, бегом, прыжками.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
40.		5	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Releve на полупальцы по I позиции с вытянутых ног и с demi-plie.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
41.		7	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
42.		10	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
43.		12	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Plie по I позиции en face, в epaulement.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
44.		14	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
45.		17	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
46.		19	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание

47.		21	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
48.		24	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
49.		26	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement retire /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к battement developpes /. М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
50.		28	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement retire /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к battement developpes /. М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
51.		31	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement retire /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к battement developpes /. М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
52.	январь	9	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
53.		11	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
54.		14	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lend	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
55.		16	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок

56.		18	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu pour le pied (double tendu) в 1 и 5 позициях	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
57.		21	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
58.		23	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
59.		25	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
60.		28	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
61.		30	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
62. 1	февраль		16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Практическое освоение понятия «мелодия и движение».	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
63.		4	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
64.		6	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
65.		8	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement fondu с plie-releve во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание

66.		11	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
67.		13	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления
68.		15	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
69.		18	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертные выступления
70.		20	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement developpe во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
71.		22	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
72.		25	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Battement developpe во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
73.		27	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
74.	март	4	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Правила и логика перестроений в круг, линию, колонну	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
75.		6	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Petit changement de pied.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
76.		11	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
77.		13	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок

78.		15	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
79.		18	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Port de bras 1-е и 3-е	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
80.		20	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
81.		22	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
82.		25	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
83.		27	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
84.		29	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
85.	апрель	1	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Соотнесение пространственных построений с музыкой.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
86.		3	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Pas echarpe на II позицию с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le sou-de- pied.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
87.		5	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
88.		8	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок

89.		10	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
90.		12	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис 1 port de bras (на середине) en face и epaulement	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
91.		15	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнение для формирования равновесия.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание
92.		17	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Концертные выступления
93.		19	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
94.		22	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
95.		24	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
96.		26	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
97.		29	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
98.	май	6	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины», каб 3	Контрольный урок
99.		10	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины», каб 3	Творческое задание

100.		13	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Творческое задание
101.		15	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
102.		17	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
103.		20	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Концертная деятельность.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертное выступление
104.		22	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Концертная деятельность.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Концертное выступление
105.		24	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
106.		27	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Итоговые занятия Подготовительные и корригирующие упражнения	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
107.		29	16.40-17.25 17.35-18.20	Урок	2	Итоговые занятия Классический экзерсис	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок
108.		31	16.40-17.25 17.35-18.20	Репетиция	2	Итоговые занятия Постановочная и репетиционная работа.	ЦДТ «Хибины, каб 3	Контрольный урок



Календарный учебный график 2-й год обучения
2 группа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	3	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. <u>Теория:</u> Инструктаж по технике безопасности. Беседа о танцевальном искусстве. Обсуждение плана работы, репертуара на текущий учебный год. Классический экзерсис. Повторение основных позиций ног, рук, постановка корпуса.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
2.		5	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Вводное занятие. Метр, определить движением начало такта	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
3.		7	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения подводящие к экзерсису.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
4.		10	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Маленькие и большие позы croisee и efface. Demi-plie	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
5.		12	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления седлообразной спины.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
6.		14	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Логика поворота вправо и влево	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
7.		17	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис I porf de bras. Battement tendu jete из 1 позиции. 3	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

						позиции		
8.		19	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
9.		21	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис I porf de bras. Battement tendu jete из 1 позиции. 3 позиции	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
10.		24	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения — наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
11.		26	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lend (на45°,60°).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
12.		28	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
13.	октябрь	1	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu. Battement tendu jete.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
14.		3	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas soulevé).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
15.		5	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика «Затактовое» построение.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
16.		8	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Танцевальные шаги	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

17.	10	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Demi-rond de jambe на 45о en dehors и en dedans на всей стопе.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
18.	12	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
19.	15	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления асимметрии лопаток.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
20.	17	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lent.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
21.	19	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas soulevé).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
22.	22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Маленькие и большие позы croisee и efface. Demi-plie	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
23.	22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Demi-rond de jambe на 45о en dehors и en dedans на всей стопе.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
24.	24	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Ритмические разминки на развитие отдельных групп мышц	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
25.	26	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис <u>Releve</u> на полупальцах в 1, П и У позициях: 1/ на вытянутых ногах; 2/ с предварительным <u>demi plie</u> ; 3/ на <u>demi plie</u> в заключение.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
26.	29	14.50-15.35	Урок	2	Подготовительные и корригирующие	ЦДТ	Контрольный урок

			15.45-16.30			упражнения Упражнения на развитие пресса (сгибание – разгибание корпуса, работа ног).	«Хибины	
27.		31	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Grand plie на I, II, IV, V позициях. /сначала изучается лицом к палке, затем — держась одной рукой за палку/ М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу 2-го полугодия — на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
28.	ноябрь	2	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты: 2/4, 3/4, 4/4.	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
29.		7	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
30.		9	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
31.		12	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для исправления Х - образных и О - образных ног. Легкий бег	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
32.		14	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины	Творческое задание
33.		16	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete в больших позах.	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок
34.		19	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete в больших позах.	ЦДТ «Хибины	Творческое задание
35.		21	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление	ЦДТ «Хибины	Контрольный урок

						мышц.		
36.		23	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
37.		26	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис <u>Battement tendu pour le pied (double tendu)</u>	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
38.		28	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
39.		30	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
40.	декабрь	3	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Дирижерские жесты с шагом, бегом, прыжками.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
41.		5	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Releve на полупальцы по I позиции с вытянутых ног и с demi-plie.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
42.		7	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
43.		10	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
44.		12	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Plie по I позиции en face, в eroulement.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
45.		14	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
46.		17	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu с demi-plie по II позиции с переходом с опорной ноги.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

47.		19	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
48.		21	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
49.		24	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
50.		26	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис <u>Battement retire</u> /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к <u>battement developpes</u> /. М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
51.		28	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис <u>Battement retire</u> /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к <u>battement developpes</u> /. М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
52.	январь	9	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
53.		11	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
54.		14	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement releve lend	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
55.		16	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
56.		18	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement tendu pour le pied (double tendu)	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание

						в 1 и 5 позициях		
57.		21	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
58.		23	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
59.		25	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
60.		28	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
61.		30	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
62.	февраль	1	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Практическое освоение понятия «мелодия и движение».	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
63.		4	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Шаги на пятках.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
64.		6	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
65.		8	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement fondu с plie-releve во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
66.		11	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

67.		13	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
68.		15	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
69.		18	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
70.		20	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement developpe во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
71.		22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
72.		25	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Battement developpe во всех направлениях.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
73.		27	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
74.	март	4	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Правила и логика перестроений в круг, линию, колонну	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
75.		6	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Petit changement de pied.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
76.		11	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
77.		13	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
78.		15	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Petit pas chasse en face вперед.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

79.		18	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Port de bras 1-е и 3-е	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
80.		20	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
81.		22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на напряжение и расслабление мышц.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
82.		25	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
83.		27	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
84.		29	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
85.	апрель		14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Соотнесение пространственных построений с музыкой.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
86.		3	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Pas echarpe на II позицию с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
87.		5	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
88.		8	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Grand battement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
89.		10	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления

90.		12	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис 1 port de bras (на середине) en face и epaulement	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
91.		15	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнение для формирования равновесия.	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
92.		17	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Концертные выступления
93.		19	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
94.		22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
95.		24	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
96.		26	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
97.		29	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
98.	май	6	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Ритмопластика Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
99.		8	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Танцевальные этюды, комбинации, игры. постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание
100.		13	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.	ЦДТ «Хибины»	Творческое задание

101.	15	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Подготовительные и корригирующие упражнения Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
102.	17	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Постановочная и репетиционная работа. Стилизованный современный танец	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
103.	20	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Концертная деятельность.	ЦДТ «Хибины»	Концертное выступление
104.	22	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Концертная деятельность.	ЦДТ «Хибины»	Концертное выступление
105.	24	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Классический экзерсис Экзерсис на середине зала.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
106.	27	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Итоговые занятия Подготовительные и корригирующие упражнения	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
107.	29	14.50-15.35 15.45-16.30	Урок	2	Итоговые занятия Классический экзерсис	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок
108.	31	14.50-15.35 15.45-16.30	Репетиция	2	Итоговые занятия Постановочная и репетиционная работа.	ЦДТ «Хибины»	Контрольный урок

**Тест «Возможности моего тела»
(раздел «Партерный экзерсис. Стретчинг»)**

1 г.о.

Обучающимся предлагается выполнить ряд тестовых упражнений.

1. И.п.: сидя, ноги вместе стопы натягиваются и сокращаются по VI позиции вместе, поочередно, с круговыми вращениями (руки на поясе, спина прямая).

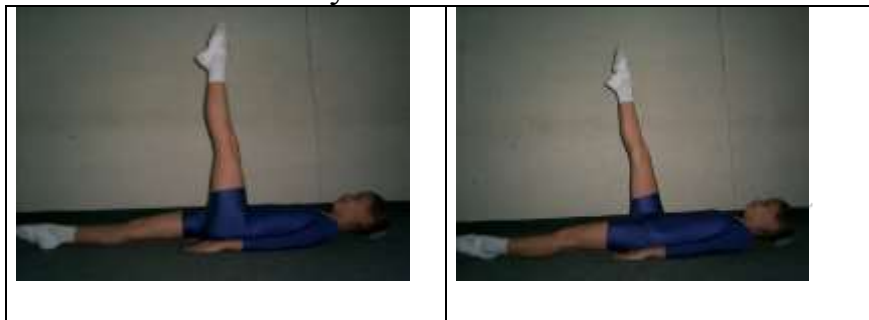


2. И. п. то же. Выполняется «складка» - наклоны корпуса к ногам. Колени максимально вытянуты (с натянутыми и сокращенными стопами по VI п.).

3. И.п.: то же. Ноги разведены в стороны, поочередные наклоны корпуса к правой, левой ноге и прямо, животом касаясь пола (стопы натянуты и сокращены).



4. И. п.: лежа на спине - махи прямыми ногами вверх. Колени и стопы максимально натянуты.



5. И. п.: то же. Ноги подняты вверх. Выполняется «разножка»- с максимальной амплитудой ноги разводятся в стороны и возвращаются в и. п. Стопы натянуты.





6. .И. п.: то же. Работа на пресс – ноги сгибаются в коленях, поднимаются вверх и опускаются медленно вниз. Стопы натянуты.

7. .И.п.: лежа на животе. Выполняется «лодочка» - поднятие прямых рук и ног.



8. .И. п.: то же. Выполняется «корзинка» - обхватываются ноги руками сзади и поднимаются вверх.



9. .И.п. то же. Выполняется «рыбка» - согнутыми ногами достать до головы

10.И.п.: стоя на четвереньках выполняется «кошечки» - добрая и злая – прогибание спины.



Далее выполняются упражнения «мост», «шпагат» и «лягушка». Для этих упражнений применяется индивидуальный подход.

«Шпагат»

I уровень развития – полушпагат (правый, левый)

II уровень развития – полушпагат с прогибом корпуса назад (правый, левый)

III уровень развития – полный шпагат (правый, левый, прямой).



«Лягушка»

I уровень развития –

«лягушка» в положении сидя, надавливая руками на колени.



II уровень развития –

«лягушка» в положении сидя с наклонами корпуса вниз.

III уровень развития – «лягушка» лежа на животе.

«Мост»

I уровень развития – «мост» из положения лежа.

II уровень развития – «мост» из положения стоя с помощью педагога.

III уровень развития – «мост» из положения стоя самостоятельно.

Критерии оценки

Высокий (оптимальный) уровень:

1) сохраняет ровную спину, стопы натянуты максимально;

- 2) колени вытянуты, в «Складке» касается коленей грудной клеткой;
- 3) при наклоне вперед животом касается пола;
- 4) махи ног более 90 градусов, колени и стопы максимально натянуты;
- 5) «разножка» выполнена с максимальной амплитудой;
- 6) упражнение на пресс выполняет более 10 раз, стопы натянуты;
- 7) держит положение «Лодочка» более минуты;
- 8) упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно с максимальным прогибом спины;
- 9) в упражнении «рыбка» касается ногами головы;
- 10) упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - третьего уровня.

Средний (хороший) уровень:

- 1) стопы натянуты, но не максимально, спина ровная;
 - 2) колени вытянуты, в «Складке» касается коленей головой;
 - 3) в наклоне вперед животом касается пола после помощи педагога;
 - 4) махи ног более 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
 - 5) «разножка» выполнена с максимальной амплитудой, но колени не дотянуты;
 - 6) упражнение на пресс выполняет правильно не более 10 раз, стопы натянуты;
 - 7) держит положение «Лодочка» не более минуты;
 - 8) упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно, но не с максимальной амплитудой;
 - 9) в упражнении «рыбка» почти касается ногами головы;
- упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - второго уровня.

Низкий (допустимый) уровень:

- 1) слабые стопы, спина ровная после замечания педагога;
- 2) колени вытянуты, в «Складке» не может коснуться коленей головой;
- 3) в наклоне вперед не касается пола животом;
- 4) махи ног менее 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
- 5) «разножка» выполнена с небольшой амплитудой, колени не дотянуты;
- 6) упражнение на пресс выполняет не правильно;
- 7) держит положение «Лодочка» менее 40-50 секунд;
- 8) упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено не верно или с небольшой амплитудой;
- 9) в упражнении «рыбка» большое расстояние от ног до головы;
- 10) упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» .