

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Рассмотрено:

На заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2026 г.

Утверждено:

Директор Автономной некоммерческой организации
общеобразовательной школы «Источник»
И.А. Яковлева
приказ №2-уд от «31» августа 2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 02969EBC00DEB3BDBE4953BACC2FEEFFE0
Владелец: ЯКОВЛЕВА ИРИНА АЛЕКСЕЕВНА
Действителен: с 26.01.2026 до 26.04.2027

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«32 фуэте»

Направленность: художественная

Уровень: базовый

1-4 классы

Срок реализации: 4 года / 270 часов

Автор - разработчик: Есина Виктория Алексеевна

Ульяновск, 2026

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «32 фуэте» разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарные правила СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 (далее – 2.4.2.4283-26);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий М.Р.2.4.0330-23;
- Программа воспитания Автономной некоммерческой организации общеобразовательной школы «Источник», разработанная на основе Федеральной программы воспитания;
- Устав школы;
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в Автономной некоммерческой организации общеобразовательной школе «Источник».

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Программа разработана с учетом рекомендаций Программы воспитания Автономной некоммерческой организации общеобразовательной школы «Источник» (составленной на основе Федеральной программы воспитания). Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, создать условия для развития личности обучающегося, его самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «32 фуэте» имеет **художественную направленность** и ориентирована на формирование эстетической культуры движений у обучающихся начальной школы, способствует развитию творческих способностей, музыкального слуха, формирование и развитие элементарных умений и навыков, необходимых для исполнения простейших хореографических этюдов.

Актуальность программы заключается в комплексном воздействии на физическое, эстетическое, нравственное и творческое развитие ребёнка. Занятия хореографией прививают вкус в восприятии разных направлений искусства, формируя общекультурный кругозор. Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное всем, благодаря обучению и воспитанию в данной сфере учащиеся приобретают очень важные личностные качества, которые помогают в жизни: уверенность в себе, умение брать ответственность, не бояться публичных выступлений. За систематическими занятиями хореографией стоит улучшение здоровья, развитие силы и выносливости, формируется гармоничное телосложение и осанка.

Отличительные особенности программы. Программа представляет синтез различных направлений хореографии: эстрадной и классической, народной и современной, которые позволяют осуществить комплексную хореографическую подготовку, что актуально в современном обществе. Но танец неотделим от природно-физической организации ребенка и его естественно-природных задатков, фактуры тела. Это привело к необходимости ввести в программу такое направление, как «Партерная гимнастика». Освоение программы позволит младшим школьникам расширить знания в культуре и искусстве, привить эстетический вкус и интерес к хореографии. Большая часть времени уделяется физическим занятиям, формируя у детей осанку и крепкий мышечный корсет. А также творческое развитие, которое помогает развить креативное и абстрактное

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

мышление, что позволяет детям самостоятельно генерировать новые идеи, включает воображение и память. Это дает ребёнку возможность разностороннего развития личности.

Адресат программы – обучающийся начальной школы в возрасте от 7 до 10 лет. Программа направлена на развитие интереса к искусству и творчеству. Учебная деятельность в начальных классах стимулирует развитие творческих способностей, формирует более адаптивную и инновационную личность, способную находить уникальные пути для самовыражения.

Объем и срок освоения программы. Программа реализуется в течение четырех лет: в первом классе – 66 часов в год, во втором, третьем и четвертом – 68 часов. Таким образом, общее количество часов, необходимых для полного освоения программы – 270.

Программа реализуется в очной **форме обучения.**

Особенности организации учебного процесса. Программа разработана на 4 года обучения и имеет общую базу, в которой содержится комплекс тем (см. раздел 1.3 «Содержание программы»). Занятие по каждой выбранной теме наряду с изучением теоретического материала предполагает показ педагога, а также постановку хореографических миниатюры, что дополнительно стимулирует учащихся к самостоятельной практической деятельности. Большинство занятий проводится в игровой форме, что позволяет привлечь внимание учащихся начальной школы к искусству. Основой программы является изучение основных дисциплин в хореографии, которые развивают кругозор у учащихся.

Форма реализации образовательной программы – традиционная форма.

Организационные формы обучения:

- групповая форма - работа в малых группах, работа в парах;
- фронтальная форма – синхронная работа обучающиеся синхронно под управлением педагога;
- индивидуальная форма – индивидуальная работа, выполняемая обучающимися в течение части занятия.

Тип занятий – комбинированный. Занятия состоят из теоретической и практической частей. Большее количество времени уделяется практической части.

Режим занятий обучающихся соответствует санитарным нормам, установленным для детей возраста 7-10 лет. Количество часов для каждого года обучения и

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

продолжительность одного занятия устанавливается в соответствии со следующим планом:

1 год обучения (1 класс) – 66 часов, 2 академических часа в неделю (в первом полугодии по 35 минут, во втором – по 40 минут);

2 год обучения (2 класс) – 68 часов, 2 академических часа в неделю (по 40 минут);

3 год обучения (3 класс) – 68 часа, 2 академических часа в неделю (по 40 минут);

4 год обучения (4 класс) – 68 часа, 2 академических часа в неделю (по 40 минут).

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: приобщение детей к искусству хореографии, развитие их творческих способностей, художественного вкуса, удовлетворение потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Для освоения дополнительной общеразвивающей программы сформулирован ряд задач:

образовательные:

- ознакомить обучающихся с многообразием мира хореографического искусства, с историей развития хореографии;
- способствовать приобретению знаний в области хореографического искусства;
- познакомить обучающихся со стилевыми и специфическими особенностями танцев;
- способствовать приобретению исполнительских навыков классической, народной и современной хореографии;
- обучить составлению танцевальных комбинаций, инсценировок, танцев;
- формировать навыки участия в коллективной репетиционной работе и концертной деятельности.

воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности за коллектив при совместной работе;
- воспитывать художественный вкус и культуру исполнительского мастерства;
- формировать навыки творческого самовыражения;
- воспитывать активную гражданскую позицию, равнодушное отношение к жизни;
- развивать эмоционально-волевую сферу обучающихся;
- воспитывать культуру поведения, способность к сопереживанию, доброту и отзывчивость;
- способствовать повышению духовного и нравственного развития;

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

-способствовать воспитанию важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности - силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;

-формировать потребность в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья.

развивающие:

-формировать устойчивый, целенаправленный интерес к хореографии;

-развивать навыки сценического поведения и исполнительства;

-развивать коммуникативные умения;

-развивать лидерские качества;

-развивать чувство ритма, темпа, хореографическую память;

-формировать музыкальность и артистичность;

-развивать двигательные функции, гибкость, пластичность, координацию движений, выносливость;

-развивать творческое воображение, фантазию, образное художественное мышление;

-способствовать развитию креативности мышления.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Учебный план

№	Название темы	Количество часов												Формы аттестации/ контроля
Классы		теория				практика				всего				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
0	Введение	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	Беседа
1	Ритмика	1	1	1	1	15	7	4	4	16	8	5	5	беседа/анал из
2	Партерная гимнастика	1	1	1	1	14	15	7	7	15	16	8	8	беседа/анал из
3	Основы классического танца в партере	1	1	1	1	5	15	10	10	6	16	11	11	беседа/анал из
4	Народный танец	1	1	1	1	4	5	5	5	5	6	6	6	беседа/анал из
5	Современный танец	1	1	1	1	3	4	7	7	4	5	8	8	беседа/анал из
6	Классический	1	1	1	1	5	5	14	14	6	6	15	15	беседа/анал

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	танец													из
7	Постановочно-репетиционная работа и исполнительская практика	1	1	1	1	12	9	13	13	13	10	14	14	беседа/анализ
	Итого часов	8	8	8	8	58	60	60	60	66	68	68	68	

2. Содержание учебного плана

«Введение» -1 ч.

Техника безопасности. План работы.

Теоретический блок.

Хореографическое искусство - это общее понятие, охватывающее различные виды танцевального искусства, где художественный образ создаётся с помощью условных выразительных движений. В целом танец можно назвать старейшим видом искусства, отображающим потребность человека делиться собственными переживаниями, эмоциями за счет движений. На основе танцев строились различные ритуалы, посвященные вызову дождя, воззванию к божествам для получения богатого урожая, об удачном завершении войны и пр.

У каждого народа наблюдается собственная пластика, приемы «укладывания» движений на музыку. При этом язык танца, формировавшийся из типичных для народа жестов, положений рук, ног, головы, корпуса, складывался в соответствии с особенностями жизни этого народа. Поэтому в народных танцах нередко можно проследить как его историческое, так и социальное прошлое, а также особенности и определенные черты менталитета. Со временем начали формироваться танцевальные па. Они произошли от таких основных видов движений, как ходьба, бег, прыжки, повороты, раскачивания. В результате их совмещения между собой и модернизации образовались традиционные танцевальные па.

С момента начала развития хореографии, как отдельного вида искусства, созданием постановок занимались танцмейстеры. Они находились при королевских дворах и являлись предшественниками нынешних хореографов. Именно им принадлежит заслуга создания единых стандартов, которые позже стали именовать танцевальным этикетом и используются до сих пор.

Тема 1. «Ритмика»

(1 класс – 16 часов, 2 класс – 8 часов, 3 класс – 5 часов, 4 класс – 5 часов)

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Теоретический блок. Ритмика - музыкально-теоретическая дисциплина, изучающая восприятие музыкального ритма через движение. В процессе выполнения специальных упражнений люди учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом.

Ритмика является важной дисциплиной в эстетическом цикле дополнительного образования. Поскольку происходит формирование знаний в области хореографической культуры, развитие творческих способностей обучающихся. Ритмика предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей.

Ритм - чередование звуков и пауз разной длительности.

Пульс - биение равномерных ударов.

Метр - счет сильных и слабых ударов-долей.

Размер - числовое выражение метра.

Практический блок. Поклон преподавателю. Учащиеся выстраиваются в круг и исполняют подготовительные упражнения для разогрева мышц. Музыкальное сопровождение марш, муз. р 4/4.

- танцевальный шаг с носка;
- шаги на полупальцах, на пятках;
- шаги на скошенных стопах наружу и вовнутрь;
- легкий бег на полупальцах;
- бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки»);
- бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- шаги с высоким поднятием ноги, согнутой в колене («цапля»);
- шаги в приседании («уточки»);
- прыжки на двух ногах («зайцы»).

В данном упражнении применяется игровая технология. Учащиеся исполняют движения, имеющие образное сходство с различными животными. Это развивает образное мышление учащихся и увеличивает интерес к образовательной деятельности.

Основная часть урока: Повторение музыкальной грамоты. Учащиеся должны ответить на вопросы: какие музыкальные жанры вы знаете? что такое музыкальный такт? и т.д

Заключительная часть: Отработка танцевального шага по диагоналям в разном темпе и характере музыки. Музыкальное сопровождение марш (4/4), лирический танец «Сударушка» (2/4). Боковой галоп по диагоналям. Музыкальное сопровождение галоп

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

(2/4). Трамплинные прыжки по VI позиции на месте, в повороте по четвертям. Комбинация на развитие координации. Музыкально-танцевальная композиция «Варежки».

Виды деятельности: учебно-игровая деятельность.

Формы организации: познавательная беседа, практическое занятие.

Тема 2. «Партерная гимнастика» (1 класс – 15 часов, 2 класс – 16 часов, 3 класс – 8 часов, 4 класс – 8 часов)

Теоретический блок. Партерная гимнастика - это система физических упражнений, которые отличаются от обычных гимнастических упражнений тем, что они выполняются на полу в различных упорах в положении сидя, лежа или на боку.

Занятия по партерной гимнастике включают в себя самые разнообразные движения и упражнения. Все упражнения имеют названия, символизирующие подражание каким-либо действиям различных персонажей из известных сказок, а также предметов, зверей, птиц, рыб, деревьев и т.п. Это позволяет детям лучше запоминать и качественнее выполнять упражнение. Все упражнения способствуют укреплению определенных мышц - шеи, рук, ног, спины, живота; улучшают кровообращение и способствуют развитию координации и осанки.

Практический блок.

Упражнения партерной гимнастики, выполняемые на первом и втором году обучения:

1. Работа стоп - формирование правильного положения ног. Важно контролировать шестую позицию стоп, прижатые к полу колени, натянутые стопы. Отдельное внимание следует уделить спине: её необходимо удерживать в ровном положении на протяжении всего упражнения.
2. Чемоданчик - растяжка подколенных структур. Важно удерживать спину прямой, ноги - натянутыми. Животом необходимо коснуться бёдер.
3. Упражнение на развитие мобильности суставов - работа над выворотностью и подвижностью тазобедренных суставов.
4. Бабочка - работа над выворотностью.
5. Домик - упражнение на растяжку. Пятки и копчик нужно удерживать на одной линии, не отводить таз назад или вперёд
6. Лягушка - упражнение на развитие выворотности. Нужно стремиться к тому, чтобы живот коснулся пола.
7. Змейка - упражнение на развитие силы спины и гибкости. Важно подняться на прямых руках как можно выше и следить за тем, чтобы колени и стопы удерживались вместе.
8. Улитка - упражнение на гибкость.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

9. Корзиночка - упражнение на гибкость. Лежа на животе, нужно ухватиться руками за стопы и, максимально прогибаясь в спине, поднять корпус вверх.
10. Упражнение на пресс. Выполняется в паре: ученики передают мяч друг другу.
11. Колобок - упражнение на расслабление мышц спины. Важно следить за тем, чтобы дети опускались назад с круглой спиной, касаясь пола сначала поясницей. Подбородок должен прижиматься к груди.
12. Панда - упражнение на расслаблении. Перекаты важно выполнять с круглой спиной. Ноги в положении «бабочка» удерживать за щиколотки.

Упражнения по партерной гимнастике, выполняемые на третьем и четвертом году обучения:

1. Упражнение на работу стоп - формирование правильного положения стоп. Усложняется упражнение за счёт добавления работы рук, корпуса. Кроме того, появляются элементы на координацию, где руки и ноги выполняют разные задачи. Важно следить за ровным положением корпуса и за тем, чтобы колени прижимались к полу. В качестве дополнительного атрибута в упражнении используется скакалка, сложенная в четыре раза.
2. Упражнение со скакалкой на растяжение подколенных структур. Колени и стопы должны быть натянутыми, особое внимание следует уделить опорной ноге. Спина ровная, макушкой ребёнок тянется в потолок.
3. Наклоны в сторону в положении сидя с разведенными в стороны ногами. Важно удерживать стопу сокращенной и выполнять упражнение по обозначенным педагогом точкам.
4. Циркуль - упражнение на развитие выворотности и подвижности тазобедренного сустава. Между переходами из одного положения в другое важно фиксировать позы, чтобы приучать детей к грамотному выполнению комплекса элементов.
5. Ножницы - упражнение на укрепление мышц пресса. На втором году обучения проучивается только подготовка к упражнению — подъём ног на 45 градусов. Важно контролировать ровное положение спины и затылочность ног.
6. Подъём корпуса с хлопком о пол — упражнение на работу пресса. Очень важно после подъёма зафиксировать угол в корпусе в 90 градусов, а также контролировать ровный корпус и опущенные плечи в момент поднятия рук.
7. Черепашка - упражнение на фиксацию корпуса в определённом положении. Способствует укреплению мышц спины и пресса. По окончании упражнения руки нужно перевести в стороны.
8. Ступеньки - упражнение на развитие силы ног. Важно контролировать прижатую к полу поясницу и натянутость стоп, коленей.
9. Подъём ноги на 90 градусов - растяжение подколенных связок. Важно научить детей фиксировать ногу и контролировать вытянутое положение колена и стопы.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- Стопу поднятой ноги рекомендуется сократить, вследствие чего натяжение подколенных структур будет сильнее.
10. Подъёмник - упражнение на закачку пресса. Поднимая две ноги до угла 90 градусов, важно прижимать поясницу к полу.
 11. Бабочка и лягушка - упражнения на развитие выворотности. Повторяются из первого года обучения.
 12. Лодочка - упражнение на развитие силы спины. Первоначально выполняется с фиксацией оторванного от пола корпуса, затем добавляется раскачка. Важно удерживать руки и ноги в натянутом положении.
 13. Улитка и корзиночка - упражнения на развитие гибкости. Повторяются из первого года обучения.
 14. Колечко - упражнение на развитие гибкости. Необходимо первоначально страховать детей во избежание травмы.
 15. Кошечка - упражнение на расслабление мышц спины. Важно научить детей выгибать и округлять поясничный отдел спины. Добавляя работу ног, необходимо контролировать, чтобы нога поднималась по выворотной позиции и в натянутом положении. Также важно следить за руками, сгибать руки в локтях нельзя.
 16. Продольные шпагаты. Прежде, чем выходить в положение шпагат, важно отстроить корпус, разворачивая бёдра и плечи в сторону передней ноги. Также необходимо контролировать, чтобы пятка ноги, которая находится сзади, была направлена в потолок.
 17. Домик - развитие выворотности и подготовка к поперечному шпагату. Повторяется упражнение из первого года обучения.

Виды деятельности: образовательная деятельность.

Формы организации: познавательная беседа, практическое занятие по хореографической дисциплине.

Тема 3. «Основы классического танца в партере» (1 класс – 6 часов, 2 класс – 16 часов, 3 класс - 11 часов, 4 класс –11 часов)

Теоретический блок. Основы классического танца в партере (партерный экзерсис) — это упражнения, которые помогают подготовить тело к занятиям классическим танцем, развить двигательные функции (выворотность ног, подъём ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок).

Регулярная практика партерного экзерсиса даёт ряд преимуществ, среди которых:

-Развитие физических данных, необходимых для занятий хореографией: выворотности, подъёма стопы, ширины, высоты и лёгкости шага, гибкости, координации, выносливости, ловкости и быстроты.

-Формирование правильной осанки и основных двигательных умений и навыков, необходимых для успешного освоения различных танцев.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

-**Снижение риска травм.** Упражнения помогают научиться владеть своим телом, что снижает вероятность получения повреждений.

-**Развитие чувства ритма, музыкальности, артистичности и творческого воображения,** а также музыкальной и двигательной памяти.

-**Коррекция незначительных физических отклонений,** таких как Х-образные ноги, малая подвижность суставов, косолапость.

-**Благотворное действие на организм:** снятие усталости, повышение иммунитета, улучшение настроения.

Практический блок. Упражнения партерного экзерсиса:

-**Работа стоп.** Например, из положения сидя: ноги вытянуты по длине, соединены, колени подтянуты, стопы дотягивают на себя, затем носочками от себя, стремятся пальцами максимально к полу.

-**Подъёмы ног.** Например, вариация *releve`lent* лёжа на спине, поясница прижата к полу, таз подкручен, руки можно развести по сторонам, ноги — вытянуть и зафиксировать в выворотном положении, мизинцы стремятся к полу, колени смотрят в стороны. Прямая нога поднимается максимально высоко и медленно опускается обратно.

-**Батманы** - махи ногой: подъём ноги осуществляется с помощью броска и медленно опускается вниз. Батманы можно выполнять вперёд, в сторону и назад.

-**Упражнение на укрепление мышц спины.** Исходное положение - лёжа на животе, ноги вытянуты и соединены вместе, можно их вывернуть (пятки прижать к полу). Руки лежат на полу, шея ровная, ягодицы зажаты, живот подтянут. Подъёмы корпуса вверх и медленное опускание вниз.

Тема 4. «Народный танец» (1 класс – 5 часов, 2 класс – 6 часов, 3 класс – 6 часов, 4 класс – 6 часов)

Теоретический блок. Народные танцы - это традиционные танцы, которые развивались в народе на протяжении многих поколений. Они отражают местные обычаи, культуру, историю и дух народа. Знакомство с многообразием русских мелодий. Прослушивание мелодий разных по темпу и характеру звучания.

Практический блок.

-Основные положения и позиции, рук, ног в народном танце.

- Позиции ног – открытые, прямые, свободные. 3 основные позиции рук и положения рук в народном танце.

-Полуприседания медленные, по свободным и прямым позициям ног, полуприседания с подъемом на п/п, полуприседания с наклонами головы.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

-Упражнения на развитие подвижности стопы; перевод ноги с носка на пятку и обратно и в сочетании с полуприседанием на опорной ноге, упражнение выполняется по 1 не выворотной позиции ног.

-Вращение на месте. Фиксация точки на месте для последующего продвижения по диагонали.

-Повтор и закрепление пройденного материала.

-Движения русского народного танца. «Ковырялочка» с тройным притопом, «Моталочка», «Гармошка» Притопы и Хлопки.

-Основные ходы. боковой ход, боковые шаги с остановкой, с выпадом на ногу, переменный ход.

-Основные рисунки-фигуры хоровода «Круг», «Змейка», «Улитка», «Прочес», «Ручеек».

Разучивание и закрепление перестроений в паре:

- обход одним партнером другого;
- смена места с поворотом лицом друг к другу;
- обход без поворота;
- восьмерка по кругу.

Тема 5. «Современный танец» (1 класс – 4 часа, 2 класс – 5 часов, 3 класс – 8 часов, 4 класс – 8 часов)

Теоретический блок. Основные техники современного танца. Стили и характерных особенностей современных танцев. Знакомство с популярными танцевальными стилями и характерных особенностей современных танцев. группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве. Рассказ о выдающихся танцорах нашего времени.

Практический блок.

Разучивание и закрепление основных движений современного танца, направленных на развитие тела, творчества учащихся.

- Положения и движения рук, движения головой в современном танце.
- Движения туловищем, ногами; шаги: однонаправленные, разнонаправленные.
- Ход - сочетание шагов. Переходы - перенос тяжести тела.
- Прыжки, повороты.

Основы современного танца. В разделе разогрев используется: движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.); движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки, партер и т.д.). В разделе изоляция изучаются: движения головой (наклоны, повороты, круги); прямые направления одним и двумя плечами; грудная клетка: вперед-назад; в стороны; таз: из стороны в сторону, вперед-назад; руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение; ноги: основные позиции (1, 2, 4) и переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. В разделе экзерсис на середине зала изучаются: позиции ног - I, II, V выворотные и параллельные позиции. - постановка корпуса - подготовительное положение рук, и I, II, III позиций рук -1 port de bras на 4 такта 4/4 -2 port de bras. Demi-plie по I, II, V позициям Releve(по I, II, III позиции на вытянутых ногах). Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад. -Battement

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

tendu jete из I позиции в сторону, вперед, назад. flatback вперед, в сторону; -координация простейших движений рук и ног; -основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»; -прыжки: hop, jump по основным позициям (1,2); шаги по квадрату -триплет, шоссе, подготовка к вращениям. трамплинные прыжки по I и II свободной позиции. Pas echarpe на II позицию. В разделе импровизация изучается: передача в пластических свободных образах характера и настроения музыкальных произведений. работа центрами тела.

Тема 6. «Классический танец» (1 класс – 6 часов, 2 класс – 6 часов, 3 класс – 15 часов, 4 класс – 15 часов)

Теоретический блок. Классический танец является основой хореографии. Классика позволяет познать все тонкости балетного искусства, почувствовать гармонию движений и музыки. Классика впитала в себя все самые изящные движения из народных и бытовых танцев нескольких веков, постепенно совершенствуя позиции рук и ног, положения головы и тела. Все танцевальные движения в классическом танце имеют названия на французском языке, поэтому танцоры разных стран без проблем могут понять друг друга. Занятия классическим танцем позволяют развить гибкость, координацию движений, укрепить опорно-двигательный аппарат, способствуют развитию выносливости, физическому и интеллектуальному развитию, а также учат управлять своим телом. Различные комбинации позволяют танцевать красиво и элегантно, даже если это простые движения кистью, ногой или головой.

Практический блок.

Первый год обучения:

Постановка корпуса, ног, рук и головы. Изучение основных движений классического танца в чистом виде и в медленном темпе. Развитие элементарных навыков координации движений и музыкальности.

Экзерсис у станка

1. Позиции ног: I, II, V.
2. Demi-plie по I, II, V позициям.
3. Grand-plie по I, II, V позиции.
4. Battements tendus из I позиции:
 - battements tendus pour le pied в сторону;
 - battements tendus из V позиции.
5. Passe par terre:
 - с demi-plie по I позиции;
 - с окончанием в demi-plie.
6. Battements tendus jetes из I позиции во всех направлениях:
 - battements tendus jetes с pique;

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- battements tendus jetes из V позиции.

7. Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.

8. Положение ноги sur le cou de pied:

- «условное» спереди, сзади;

- «обхватное».

9. Battements fondus носком в пол во всех направлениях, лицом к станку.

10. Battements frappes носком в пол во всех направлениях, лицом к станку.

11. Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.

12. Battements releves lents на 90° во всех направлениях лицом к станку.

13. Grands battements jete из I позиции во всех лицом к станку.

14. Releves по I, II, V позициям:

- с вытянутых ног;

- с demi-plie.

15. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:

- в сторону, вперед, назад.

Экзерсис на середине зала

1. I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).

2. Demi-plie по I, II, V позициям;

- grand-plie по I, II позициям.

3. Battements tendus из I позиции во всех направлениях;

- с demi-plie.

4. Battements tendus jetes во всех направлениях из I позиции:

- с pique.

5. Releves по I, II, V позициям:

- с вытянутых ног;

- с demi-plie.

6. Понятие epauement (croisee, efface, ecarte) позы.

7. Pas balance.

Allegro

1. Temps leves saute по I, II позициям.

2. Petit changement de pied.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

3. Pas echarpe в первой раскладке.

4. Шаг польки.

Второй год обучения:

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях. Освоение поворотов головы и более сложных движений. Повторение ранее пройденных прыжков и изучение новых. Простейшее сочетание элементарных движений.

Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).
2. Demi-plie по I, II, V позициям.
3. Grand-plie по I, II, V позиции.
4. Battements tendus из V позиции:
 - battements tendus pour le pled в сторону.
5. Battements tendus jetes из V позиции во всех направлениях:
 - battements tendus jetes с pique.
6. Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.
7. Battements fondus боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
8. Battements frappes боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
10. Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
11. Battements releves lents на 90° во всех направлениях боком к станку.
12. Понятие retires.
13. Grands battements jete из V позиции во всех направлениях боком к станку.

Экзерсис на середине зала

1. Demi-plie по I, II, V позициям;
 - grand-plie по I, II, V позициям.
2. Battements tendus из V позиции во всех направлениях;
 - с demi-plie.
3. Battements tendus jetes во всех направлениях из V позиции:
 - с pique.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

4. Demi-rond de jambe par terre;
- rond de jambe par terre (полный круг) .
5. Battements releves lents во всех направлениях на 90°.
6. Grands battements jete из V позиции в первоначальной раскладке.
7. Releves по I, II, V позициям:
- с вытянутых ног;
- с demi-plie.
8. Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.
9. Pas balance.

Allegro

1. Temps leves saute по I, II, V позициям.
2. Petit changement de pied.
3. Pas echappe.
4. Pas assemble в сторону:
- у станка и на середине.

Третий год обучения:

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях, исполнение отдельных движений на полупальцах (у станка). Продолжение развития выразительности на середине зала: введение в упражнения port de bras. Изучение позы: croisee, efface, ecartee вперёд, назад.

Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса по IV позиции.
2. Battements tendus:
- double battements tendus;
- в позах (croisee, efface, ecarte).
3. Battements tendus jetes:
- balancoire;
- в позах (croisee, efface, ecarte).
4. Rond de jambe par terre на demi-plie.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

5. Battements fondus с plie releves во всех направлениях.
6. Battements soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
7. Battements double frappes в сторону, носком в пол на всей стопе.
8. Pas coupe:
 - на полупальцах.
9. Pas tombe с фиксацией ноги в положении sur le cou de pied на месте.
10. Battements releves lents на 90° в позах.
11. Battements developpe во всех направлениях:
 - лицом к станку;
 - боком к станку.
12. Grands battements jetes в больших позах (croisee, efface, ecarte).
13. III форма port de bras как заключение комбинаций.

Экзерсис на середине зала

1. Battements tendus во всех направлениях в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi-plie.
2. Battements tendus jetes во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.
3. Battements fondus во всех направлениях носком в пол.
4. Battements frappes во всех направлениях носком в пол.
5. Battements releves lents на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.
6. Battements developpes в сторону.
7. Grands battements jetes во всех направлениях.
8. II форма port de bras.

Allegro

1. Pas echatpe.
2. Pas assemble в сторону:
 - у станка и на середине.
3. Sissonne simple en face:
 - у станка и на середине.
4. Grands changement de pied.

Четвёртый год обучения:

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

В целом требования совпадают с 3-м классом, но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения, закреплением освоенных элементов хореографической грамоты, переходом к элементам будущей танцевальности.

В 4-м классе больше внимания уделяется развитию силы стопы за счет увеличения упражнений на полупальцах, развитию устойчивости, силы ног путем увеличения количества повторов изучаемых движений, развитию различных мышц тела в исполнении одного движения. Необходимо начать работу над техническим исполнением упражнений в ускоренном темпе и развитию танцевальности. Продолжить работу над скоординированным исполнением изучаемых движений.

Экзерсис у станка

1. Demi-plie по IV позиции;
- grand-plie по IV позиции.
2. Demi rond de jambe на 45° en dehors, en dedans:
- на demi-plie.
3. Battements fondus с plie-relevés с выходом на полупальцы.
4. Battements double frappes с окончанием в demi-plie.
5. Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении sur le cou de pied.
6. Battements developpes с окончанием в demi-plie.
7. III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка без перехода на работающую ногу).
8. Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.
9. Grands battements jetes с pointee.

Экзерсис на середине зала

1. Понятие arabesques.
- изучение I, II, III, IV arabesques.
2. Battement tendus в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.
3. Battements tendus jetes в позах в сочетании с balancoire, pique и с фиксацией arabesque.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plie.
5. Battements fondus в сочетании с soutenu и demi-plie во всех направлениях на 45°.
6. Battements frappe во всех направлениях на 45° в позах.
7. Battement relevés lents и battement developpes как основополагающие

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

элементы adagio.

8. Temps lie par terre en dehors et en dedans,

- temps lie par terre с перегибом корпуса.

9. Grands battements jetes с pointee в позах.

Allegro

1. Temps leves saute по I, II, V позициям

с продвижением вперед, в сторону, назад.

2. Changement de pied en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.

3. Pas echappe en tournant на 1/4 поворота.

4. Pas assemble вперед, назад.

Тема 7. «Постановочно-репетиционная работа и исполнительская практика» (1 класс – 13 часов, 2 класс – 10 часов, 3 класс – 14 часов, 4 класс – 14 часов)

Теоретический блок. Содержание и характер танца, манера исполнения. Принципы составления композиции танца. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец. Изучение рисунка танцевальной композиции.

Практический блок.

Соединение элементов танца в: комбинации; фигуры; композицию (законченное соединение движений).

Положения, позы в танце.

Рисунок танца:

- перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг);
- проходки.

Постановка:

- танцевальных комбинаций;
- фигур;
- целого танца.

Отработка движений и фигур танца.

Танцы первого года обучения: «Варежки», «Весёлая прогулка», «Цветы и садовники».

Танцы второго года обучения: «Как прекрасно лето», «Русская пляска».

Танцы третьего года обучения: «Каникулы», «Девчата», «Лето во дворе».

Танцы четвертого года обучения: «В ожидании праздника», этюды на основе русского танца (кадриль, пляска), «Про лето».

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: творческое задание.

1.4. Планируемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «32 фуэте»

У обучающихся будут сформированы:

личностные результаты:

- положительная мотивация и устойчивый интерес к хореографическому искусству;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам и к коллективу, нравственное поведение;
- проявление коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;
- проявление упорства и настойчивости в достижении результата;
- социальная устойчивость обучающихся к негативным факторам окружающей действительности, интерес к здоровому образу жизни.

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;
- осознания значимости занятий хореографическим искусством для личностного развития.

метапредметные результаты:

обучающийся сможет:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- проявлять творчество и самостоятельность при решении учебной задачи;

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

регулятивные результаты:

обучающийся сможет:

- планировать и доводить начатое дело до конца в учебной деятельности;
- вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок;

коммуникативные результаты:

обучающийся сможет:

- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- находить выходы из конфликтных ситуаций.

предметные результаты:

Обучающийся в конце обучения будет знать:

- особенности хореографического искусства, виды, жанры, стили танца;
- историю развития хореографии;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц;
- правила поведения на сцене, технику безопасности;
- основные движения и отличия между разными танцевальными стилями и направлениями;
- тенденции развития хореографического искусства;
- особенности влияния костюма и музыки на танцевальное искусство;
- приемы артистичной выразительной;
- терминологию и правила выполнения классического танца.

Обучающийся в конце обучения будет уметь:

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- владеть основами сценического движения;
- точно и правильно выполнять движения в классическом, народном, современном танце;
- выполнять усложненные комбинации партерной гимнастики, сложные танцевальные;
- выражать различные эмоциональные состояния;
- с помощью хореографической пластики передавать образ, характер танца;
- проявлять свою фантазию и творческий потенциал исполнителя;
- сочинять танцевальные этюды, импровизировать, планировать своё ролевое поведение на сцене.

Обучающийся в конце обучения приобретет навык:

- правильного дыхания;
- танцевального мастерства;
- совершенствования и поиска новых выразительных средств;
- проявления культуры поведения, ответственности, чувства товарищества, способности к сопереживанию.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график (1 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Хореографическое искусство как средство выразительности.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
2	Ритмика - музыкально-теоретическая дисциплина. Игровые упражнения.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Беседа	
3	Упражнения на развитие музыкального слуха и чувства ритма.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
4	Отработка танцевального шага по диагоналям в различном темпе и характере музыки.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
5	Музыкально-танцевальная композиция «Варежки».	5	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

6	Партерная гимнастика – как система развития физических данных.	1	Беседа/практическое занятие	Беседа	
7	Комплекс упражнений на полу в различных положениях: лежа на животе, на спине, на боку.	6	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
8	Комплекс упражнений на развитие гибкости и силы спины.	4	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
9	Комплекс на развитие выворотности ног.	4	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
10	Основы классического танца в партере – как подготовка к классическому экзерсису.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
11	Упражнения классического танца в партере: battements releves lents на 90° по всем направлениям, grands battements jete.	2	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
12	Упражнения классического танца в партере: battements developpes по всем направлениям	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
13	Упражнения классического танца в партере: battements fondus.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
14	Знакомство с народным танцем. Движения «моталочка», «ковырялочка», «ёлочка».	2	Беседа/практическое занятие	Беседа	
15	Основные позиции рук и ног в народном танце.	1	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
16	Основные ходы народного танца. Повторение движений «моталочка», «ковырялочка», «ёлочка».	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
17	Положения и движения рук, движения головой в современном танце.	1	беседа	Педагогическое наблюдение, опрос	
18	Движения туловищем, ногами; шаги: однонаправленные, разнонаправленные. Переходы - перенос тяжести тела.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
19	Прыжки, повороты в современном танце.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
20	Повторение материала по современному танцу.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
21	Классический танец – основа хореографии.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
22	Позиции рук и ног в классическом танце. Подготовительное положение.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
23	Экзерсис на середине зала.	1	Беседа/практическое	Опрос	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	Изучение основных движений.		занятие	Педагогическое наблюдение	
24	Allegro (прыжки). Temps leves saute по I, II, V позициям с продвижением.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
25	Закрепление пройденного материала классического танца.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
26	Постановочно-репетиционная работа. Содержание и характер танца, манера исполнения.	1	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
27	Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
28	Изучение рисунка танцевальной композиции. Музыкально-хореографическая композиция «Весёлая прогулка».	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
29	Постановка эстрадного танца «Цветы и садовники».	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
30	Репетиция танца «Цветы и садовники».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
31	Фестиваль танца.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
	Итого	66			

Календарный учебный график (2 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Хореографическое искусство как средство выразительности.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение. Беседа	
2	Ритмика в хореографии. Темп, метр, доли.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение. Беседа.	
3	Музыкальный акцент. Хлопки, притопы, ритмические рисунки	4	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
4	Комбинации из упражнений на развитие музыкального слуха и чувства ритма.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
5	Партерная гимнастика. Зачем она нужна?	1	Беседа	Беседа	
6	Занятие на развитие выворотности ног.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
7	Занятие на развитие гибкости и силы спины.	5	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
8	Занятие на укрепление	5	Беседа/практическое	Педагогическое	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	мышц голенистопа.		занятие	наблюдение	
9	Беседа « Основа классического танца». Понятие выворотность ног. Позиции рук.	1	Беседа	Беседа	
10	Упражнения на подвижность голеностопного сустава. Releve и demi plié.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
11	«Battement tendu». «Portdebras».	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
12	Занятие на развитие балетного шага и гибкости спины.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
13	Народный танец. Культура народов Поволжья.	1	Беседа	Беседа	
14	Элементы народно-сценического танца.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
15	Изучение основных движений русского танца. Этюд «Калинка».	3	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
16	Современный танец. История современного танца.	1	Беседа	Беседа	
17	Общеразвивающие упражнения, упражнения на расслабление мышц.	2	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
18	Координация простейших движений рук и ног. Прыжки: hop, jump.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос	
19	«Классический танец - фундамент хореографии.»	1	Беседа	Беседа	
20	Постановка корпуса у палки.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
21	Rond de jambe par terre. Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
22	Экзерсис на середине зала.	1	Беседа/практическое занятие.	Опрос Педагогическое наблюдение	
23	Понятие ераuiement (croisee, efface, ecarte) позы.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
24	Повторение и закрепление экзерсисов у станка и на середине зала, прыжковой части.	1	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
25	Правила культурного поведения на репетиции.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
26	Постановка танца - «Как	1	Беседа/практическое	Педагогическое	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	прекрасно лето». Изучение комбинаций.		занятие	наблюдение	
27	Изучение рисунков танца - «Как прекрасно лето».	1	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
28	Репетиция танца «Как прекрасно лето».	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
29	Изучение основных движений русской пляски.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
30	Репетиция русской пляски.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
31	Фестиваль танца.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
	Итого	68			

Календарный учебный график (3 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Хореографическое искусство как средство выразительности.	1	Беседа	Беседа	
2	Ритмика - музыкально-теоретическая дисциплина.	1	Беседа	Беседа	
3	Упражнения на различные музыкальные раскладки.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
4	Закрепление пройденного материала.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
5	Партерная гимнастика - возвращение в танцевальную форму.	1	Беседа	Беседа	
6	Занятия на развитие балетного шага в партере.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
7	Занятия в парах на развитие гибкости и силы спины.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
8	Занятия на развитие выворотности ног.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
9	Основы классического танца в партере – как подготовка к классическому экзерсису.	1	Беседа	Беседа	
10	«Demi Plie ent Grand Plie»	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
11	«Battement Releve lent»	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
12	«Demi Rond». «Положение ноги Cou- de-pied».	4	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
13	Народный танец – культурная ценность	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	России.			Опрос	
14	Упражнения у станка: «качалка», присядка	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
15	Ходы в русском танце.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
16	«Ковырялочка», «веревочка».	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
17	Современный танец – «свобода движения».	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
18	«Roll down» и «roll up».	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
19	Кроссовые комбинации – как средство перемещения.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
20	Изоляция рук: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
21	Классический танец – лучший в мире.	1	Беседа	Опрос Педагогическое наблюдение	
22	Экзерсис у станка. Постановка корпуса по IV позиции.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос	
23	Battements tendus;- в позах (croisee, efface, ecarte).	2	Беседа	Педагогическое наблюдение	
24	Battements tendus jetes: - balancoire в позах (croisee, efface, ecarte).	2	Беседа/практическое занятие.	Педагогическое наблюдение	
25	Rond de jambe par terre на demi-plie.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
26	Экзерсис на середине зала: Battements tendus в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi-plie.	2	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
27	Battements tendus jetes во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
28	II форма port de bras.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
29	Правила поведения на репетициях.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
30	Изучение и постановка танца «Каникулы». Основные движения и перестроения.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
31	Репетиция танца «Каникулы».	2	Беседа	Опрос Педагогическое наблюдение	
32	Постановка танца «Девчата».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
33	Репетиция танца	2	Презентация	Педагогическое	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

	«Девчата».		Демонстрационный эксперимент	наблюдение Опрос	
34	Постановка танца «Лето во дворе».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
35	Фестиваль танца.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
	Итого	68			

Календарный учебный график (4 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Хореографическое искусство как средство выразительности.	1	Беседа	Беседа	
2	Ритмика и идеальный музыкальный слух.	1	Беседа	Беседа	
3	Сложный «темпоритм» в практике.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
4	Повторение всего пройденного материала.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
5	Партерная гимнастика - возвращение в танцевальную форму.	1	Беседа	Беседа	
6	Занятие на развитие балетного шага в партере.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
7	Занятие в парах на развитие гибкости и силы спины.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
8	Занятие на развитие выворотности ног.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
9	Основы классического танца в партере. Понятия и термины (battement developpe, battement fondu).	1	Беседа	Беседа	
10	Battement fondu.	2	Беседа/практическое занятие.	Педагогическое наблюдение	
11	«Battement tendu pour le pied».	2	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
12	«Battement Developpe».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
13	Все формы «portdebras».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
14	Народный танец – особенности русского танца.	1	Беседа	Беседа	
15	Элементы народно-сценического танца.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

16	Каблучные упражнения маленькие и большие.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
17	Изучение дробных выстукиваний.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
18	Современный танец. Понятие современного танца как самостоятельного направления.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос	
19	Техника изоляции.	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
20	Передвижение в пространстве: шаги, прыжки, повороты	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
21	Развитие равновесия и пространственной ориентации.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
22	Техника floorwork. Упражнения в партере.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
23	Классический танец. Постановка целей и задач на уроках по теме «Классический танец».	1	Беседа	Педагогическое наблюдение	
24	Экзерсис у станка.	5	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
25	III форма port de bras с вытянутой ногой назад. Grands battements jetes с pointee.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
26	Понятие arabesques. - изучение I, II, III, IV arabesques.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
27	Temps leves saute по I, II, V позициям с продвижением.	3	Беседа/практическое занятие	Опрос Педагогическое наблюдение	
28	Правила поведения на репетициях.	1	Беседа	Беседа	
29	Постановка танца «В ожидании праздника». Изучение комбинаций движений, рисунков танца.	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение Опрос	
30	Репетиция танца «В ожидании праздника».	3	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
31	Этюды на основе русского танца – кадрили, пляска Изучение рисунков танца.	2	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
32	Постановка танца «Про лето».	4	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
33	Фестиваль танца.	1	Беседа/практическое занятие	Педагогическое наблюдение	
	Итого	68			

2.2. Условия реализации программы

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

В распоряжении зала хореографии и актового зала имеется все необходимое обеспечения для успешной реализации программы, в т.ч.

-материально-техническое обеспечение (необходимая музыкальная аппаратура, учебная литература),

2.3. Формы аттестации

Текущий контроль проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения. Промежуточный контроль проводится в формате открытых уроков и позволяет провести анализ результативности освоения обучающимися отдельных результатов программы. Итоговый контроль проводится после завершения изучения того или иного раздела программы курса. Входной контроль проводится в начале учебного года для проверки начальных знаний и умений обучающихся.

2.4. Оценочные материалы

Настоящей программой предусмотрено три уровня освоения материала:

низкий уровень: менее 50% упражнений выполнено неправильно. Слабые знания терминологии по направлению деятельности. Комбинация упражнений выполнена не в полном объеме. Проявление артистизма на низком уровне. В концертной деятельности и мероприятиях участвует редко.

средний уровень: Больше 50% упражнений выполняет правильно. Выполняет упражнения не в полной мере. Не четко знает терминологию по направлению деятельности. Не четко выполняет комбинацию упражнений. Проявление артистизма не в полной мере. Не регулярно участвует в концертной деятельности и мероприятиях.

высокий уровень: Сформированы навыки выполнения упражнений. Максимально правильно исполняет все упражнения. Знает терминологию по направлению деятельности. Четко и артистично выполняет комбинацию упражнений. Постоянно участвует в концертной деятельности и других мероприятиях.

2.5. Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

Методы обучения

- Словесный (рассказ педагога рассказ ребёнка, беседа, инструктаж ,объяснение);
- Наглядный (демонстрация, показ, просмотр);
- Практический (упражнения, самостоятельные и практические работы, импровизации).

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- Объяснительно-иллюстративный (демонстрация изучаемого материала с параллельным объяснением).
- Репродуктивный (обучающиеся воспроизводят изученное).

Методы воспитания.

- Формирование сознания личности (рассказ, беседа).
- Организация деятельности и формирование опыта общественного поведения личности (приучение, метод создания воспитывающих ситуаций, педагогическое требование, инструктаж).
- Стимулирование и мотивация деятельности и поведения личности (соревнование, познавательная игра, эмоциональное воздействие, поощрение и др.).

Формы организации образовательного процесса.

- Индивидуальная (выполнение индивидуальных заданий).
- Коллективная (ансамблевая репетиция, коллективное занятие).
- Парная (изучение этюдов в паре).
- Фронтальная (беседе, показе, объяснении)
- Групповая (работа в малых группах, парах).

Формы организации учебного занятия

- Занятие - беседа.
- Занятие-игра.
- Занятие-конкурс.
- Занятие-викторина.
- Лекция-диалог.
- игра
- импровизация
- этюд
- репетиция
- изучение основ хореографического мастерства
- ансамблевые занятия
- постановка танца, номера

Педагогические технологии.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- Педагогического общения (Кан Калик) - технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скреплённой взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.
- Личностно-ориентированного обучения (И.С. Якиманская) - в центре внимания - личность ребенка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приёмы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и развить способности каждого ребёнка.
- Информационно-коммуникативные (Г.Р. Громов, Г. Клейман, Б. Хантер) - способствуют активизации образовательного процесса, развитию познавательного интереса и, как следствие, повышению качества знаний, что приводит к достижению обучающимися максимальных результатов в различных областях.
- Развивающего обучения (Л.В. Занков, Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов) - создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми, при котором учитываю и использую закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.
- Исследовательской деятельности (Н.Н. Подъяков, И.С. Фрейдкин, Н.А. Рыжова) - ориентирована на активизацию интереса и увлеченности обучающихся процессом познания, путем внедрения простых, доступных и жизненно-ориентированных проектов и исследований, выполнение которых является стимулом, вдохновляющим обучающихся на выполнение других, более сложных и самостоятельных проектов).
- ТРИЗ (Г.С. Альтшуллер)- при организации работы над творческим проектом воспитанникам предлагается проблемная задача, которую можно решить, что-то исследуя или проводя эксперименты);
- Игровой деятельности (Б.П. Никитин, М.М. Бирнштейн) - в основу положена педагогическая игра как вид деятельности в условиях ситуаций, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта.
- Проблемного обучения (Дж. Дьюи, И. Лернер) - (стремление максимально использовать данные психологии о тесной взаимосвязи процессов обучения (учения), познания, исследования и мышления; развитие творческого потенциала личности обучающегося).

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

- Здоровьесберегающая -сопровождения учебной группы (М.Ю. Громов, Н.К. Смирнов) - система по сохранению и развитию здоровья всех участников – взрослых и детей, представлены в виде комплексов упражнений и подвижных игр для физкультминутки

Алгоритм учебного занятия.

- Дата:
- Раздел:
- Тема:
- Тип занятия:
- Цель занятия:
- Задачи:
- Предметные:
- Метапредметные:
- Личностные:
- Методическое оснащение занятия:
- Методы обучения.
- Формы организации познавательной деятельности обучающихся.

Основные этапы занятия.

1 этап. Организационно-подготовительный.

Задача этапа: подготовка педагога и детей к занятию.

Содержание этапа: создание благоприятного микроклимата с настроем детей на творческую учебную работу, активизация внимания детей, диагностика усвоенных на предыдущем занятии знаний, сообщение темы и цели занятия.

Результат деятельности на 1 этапе: определение уровня внимания, активности, восприятия, настроения детей на предстоящее занятие, уровня самооценки собственной деятельности детей.

2 этап. Основной.

Задачи этапа: обеспечение восприятия обучающимися нового материала, формирование у них системного, целостного представления о теоретических знаниях по теме.

Содержание этапа: максимальная активизация познавательной деятельности обучающихся на основе теоретического материала, введение практических творческих заданий,

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

развивающих определённые умения детей; самостоятельное выполнение учащимися творческих заданий, обыгрывание игровых ситуаций.

Результат деятельности на 2 этапе: системное, осознанное усвоение обучающимися нового материала и первоначальное развитие практических умений.

3 этап. Итоговый.

Задачи этапа: анализ и оценка достижения цели занятия, уровня усвоения обучающимися теоретических и практических знаний и умений; самооценка детьми собственной деятельности, оценка сотрудничества; объяснение детям логики следующего занятия.

Содержание этапа: подведение итогов деятельности, методы поощрения детей; информация о литературе, которую нужно использовать к следующему занятию.

Результат деятельности на 3 этапе: подготовка обучающихся к самооценке собственной деятельности; определение перспектив развития творческой деятельности детей в данной образовательной области.

Дидактические материалы.

1. специализированная литература;

- музыкальный материал (CD, флешка);
- мультимедийные материалы; видеоматериал.

Инструкционные материалы:

- Инструкции по технике безопасности.
- Инструкции по технике пожарной безопасности.
- Инструктаж о правилах поведения во время занятий.

2.6. Список литературы

1. Азбука классического танца. Первые три года обучения. Базарова Н., Мей В. М.: 2010.
2. Азбука хореографии. Барышникова Т. СПб.: РЕСПЕКС, ЛЮКСЛ, 1996.
3. История русского балета. Красовская В.М. Л.: 1978.
4. Казань
5. Классический танец. Методика четвертого и пятого года обучения. Базарова Н. Л.:2000.
6. Модерн-джаз танец. Никитин В.С. М.: ВЦХТ, 2010.
7. Общеразвивающие и специальные упражнения. Колтановский А.П. М.:1973.
8. Основы классического танца. Ваганова А.Я. СПб.: 2008.

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная школа «Источник»	Форма	
ДП – Дополнительное образование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

9. Основы русского народного танца. Климов А.А. М.: 1981
10. Русский танец Поволжья: Учебное пособие. Власенко Г.Я. Самара: Кн. из-во, 1996. - 132с.
11. Самобытность русского танца. Богданов Г.Ф Учебное пособие. Издание 2-е. М.: Изд-во Московского государственного университета культуры, 2003. - 224 с., ил. Москва МГУК, 2003
12. Танцы народов Поволжья. Власенко Г.Я. Самара, 1992.
13. Татарские танцы. Казань, Тагиров Гай. Татарское кн. изд-во, 1984. - 256 с., ил.
14. Школа классического танца. Костровицкая В., Писарев А. Л.: 2000.
15. Энциклопедия «Балет». - М., 1981.