

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия «Исток»

Утверждено
на заседании педагогического совета
Протокол № 3
От 28.03.2024 года



Утверждаю
Директор MAOU «Гимназия «Исток»
/С.В. Гулак
28.03.2024 г. Приказ № 156

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ДЛЯ ДЕТЕЙ
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

Уровень программы: базовый
Направленность: художественная
Возраст детей: 11-16 лет
Срок реализации: 2 года, 288 часов.
Автор составитель:
педагог дополнительного образования
Дерюгина Дарья Александровна

Великий Новгород
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» имеет **художественную направленность**.

Уровень программы: базовый.

Программа реализуется в творческом объединении «Хореография» муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Гимназия «Исток».

Актуальность данной программы заключается в том, что искусство танца на сегодняшний день, является весьма популярным жанром в целом. Танец как искусство, не стоит на месте, а постоянно развивается, обогащаясь новыми стилевыми направлениями таких как: классический танец, народно-сценический танец, русский танец, современный и джазовый танец.

Занятия хореографией закладывают эстетическую основу всей дальнейшей жизнедеятельности личности, позволяют быть общительными и дисциплинированными.

Танец - это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Танец - это искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности.

Хореография способствует двигательной активности обучающегося, является источником их здоровья, радости, повышения работоспособности.

Новизна: программы заключается в воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Обучение хореографическому искусству формирует чувство ритма, слуха, темпа и способствует развитию творческой индивидуальности ребенка.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программа обусловлена тем, что хореографическое искусство обладает достаточно совершенной системой обучения. Хореографическое искусство учит учащихся красоте и выразительности движений, развивает физическую силу, выносливость и смелость.

Цель программы:

создание благоприятных условий способствующих раскрытию природных задатков в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить учащихся с различными направлениями хореографического искусства;
- выявить и развить природные задатки и способности учащихся, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- знание о средствах музыкальной выразительности (характер, ритм, темп, динамика).

Развивающие:

- сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
 - развить устойчивый интерес к изучению различных стилей хореографического искусства;
- формирование правильной осанки;

Воспитывающие:

- сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;
- развить навыки самостоятельной творческой деятельности к изучению хореографического искусства.

- создание тёплой, творческой атмосферы внутри коллектива для обеспечения эмоционального благополучия обучаемого ;

Отличительной особенностью данной программы является то, что она модифицированная к условиям образовательного процесса данного учреждения, опирается, в первую очередь, на интересы самих обучающихся. Программа составлена на основе программы Бочкаревой Н.И. «Ритмика и хореография» для внеклассной и внешкольной работы (Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. сб. программ для внеклассной и внешкольной работы).

Представленная программа позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс. С одной стороны, она способствует подъёму хореографической культуры и отвечает запросам самых широких и различных слоёв общества.

С другой стороны – обеспечивает совершенствование процесса развития и воспитания наиболее способных учащихся.

Возраст учащихся: 11-16 лет

Срок реализации общеразвивающей программы 2 года обучения, 288 часа.

Формы обучения и виды занятий. Форма организации обучения - **групповая.**

Наряду с групповой формой занятий также осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к учащимся. Такой подход поддерживает мотивацию к предмету, способствует гармоничному развитию обучаемых, а также мотивирует их на занятия музыкально-ритмическими движениями.

Виды занятий: лекции, практические, репетиционные.

Содержание программы ориентировано на добровольные преимущественно разновозрастные группы учащихся.

Наполняемость учебных групп выдержана в пределах Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28.

Количество учащихся -12-16 человек.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа 10 минутным перерывом.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности:

1. Владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений.

2. Умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров и стилей.

3. Умение свободно импровизировать.

4. Знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

Критерии оценки	Показатели	Ожидаемый результат
1. Музыкальный слух и память.	Умение сопоставлять характер музыки и движения.	Исполнение движений и комбинаций в музыку (темп, ритм, музыкальные акценты).
2. Общий эмоциональный фон.	Умение передать эмоциональное содержание образа в хореографической постановки танца и движения.	Понимание характера заданного сценического образа в хореографической постановки танца.
3. Творческие проявления индивидуальности.	Способность импровизировать, самостоятельно создавать комбинации, анализировать хореографические	Сценическая передача хореографического образа (актерское мастерство).

	движения.	
4. Техника исполнения.	Умение точно, аккуратно, пластично исполнять хореографические движения и комбинации.	Выразительность исполнения хореографических движений и комбинаций.

По окончании 1-го года обучающиеся должны уметь и знать:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения русского танца;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у хореографического станка.

По окончании 2-го года обучающиеся должны уметь и знать:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знать и уметь исполнять движения русского танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать происхождение изучаемых танцев.

Способом определения результативности данной программы

тестирования на предмет сформированности знаний и умений. Диагностика проводится 2 раза в учебный год (стартовая (сентябрь), итоговая (май) диагностика). Диагностика проводится с целью определения уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков у детей.

Методы диагностики:

- 1) наблюдение за учащимися в процессе движения под музыку в условиях выполнения специальных заданий
- 2) наблюдение за учащимися в процессе выполнения творческих заданий
- 3) анализ выступлений на общешкольных мероприятиях и смотрах хореографического искусства.

Формы подведения итогов реализации данной программы

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, мониторинг личностного развития учащегося, проводимый два раза в год.
- участие в школьных праздниках, концертах;
- участие в городских смотрах хореографического искусства

**Учебный план
1 год обучения**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	В том числе		
			теория	практика	
	Правила поведения в коллективе. Права и обязанности учащихся Техника безопасности (в процессе).				Входная диагностика
1.	Партерная гимнастика и ритмика	20	4	16	Опрос
1.1.	Ритмика	10	2	8	Наблюдение
1.2.	Партерная гимнастика	10	2	8	Наблюдение
2.	Учебно-тренировочная работа: классический танец	40	4	36	Анализ движений
2.1.	Упражнения у станка	20	3	17	Открытое занятие
2.2.	Упражнения на середине зала	10	1	9	Опрос
2.3.	Закрепление упражнений	10	-	10	Опрос
3.	Народно – сценический танец	20	1	19	Наблюдение
3.1.	Русский танец	20	1	19	Анализ движения
4.	Импровизация и актерское мастерство	6	2	4	Оценка способностей
5.	Репетиции и постановка танцев	30	-	30	Зачетное исполнение
5.1.	Постановка танцев	10	-	10	Опрос
5.2.	Репетиции	20	-	20	Наблюдение
6.	Современный танец	15	1	14	Оценка усвоенного материала
6.1.	Основы джаз – танца в партере	5	1	4	Зачетный концерт
6.2.	Упражнения на середине	10	-	10	Оценка усвоенного материала
7.	Сценическая практика	13	1	12	Итоговая диагностика
	Итого	144	13	131	

Учебный план

2 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	В том числе		
			теория	практика	
	Права и обязанности учащихся. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности (в				Входная диагностика

	процессе).				
1.	Партерная гимнастика и ритмика	20	2	18	Опрос
1.1.	Ритмика	10	1	9	Наблюдение
1.2.	Партерная гимнастика	10	1	9	Наблюдение
2.	Учебно-тренировочная работа: классический танец	40	2	38	Анализ движений
2.1.	Упражнения у станка	20	2	18	Открытое занятие
2.2.	Упражнения на середине	10	-	10	Опрос
2.3.	Закрепление упражнений	10	-	10	Опрос
3.	Народно – сценический танец	10	-	10	Наблюдение
3.1.	Русский танец	10	-	10	Анализ движения
4.	Импровизация и актерское мастерство	6	-	6	Оценка способностей
5.	Современный танец	26	2	24	Оценка усвоенного материала
5.1	Основы джаз – танца в партере	16	2	14	Зачетный концерт
5.2	Упражнения на середине	10	-	10	Наблюдение
6.	Репетиции и постановка танцев	30	-	30	Наблюдение
6.1	Постановка танцев	15	-	15	Опрос
6.2	Репетиции	15	-	15	Наблюдение
7.	Сценическая практика	12	-	12	Итоговая диагностика
	Итого	144	6	138	

СОДЕРЖАНИЕ

1 ГОД

Правила поведения в коллективе. Права и обязанности учащихся Техника безопасности.

Тема. 1. Партерная гимнастика и ритмика. (20 часов)

Теория. Темп, метроритм, музыкальный размер 2/4; 3/4.(4 часа)

Практика. 1.1 Ритмика.(10 часов)

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

Практика. 1.2 Партерная гимнастика.(10 часов)

Разминка, повторение и закрепление упражнений.

Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов).Большое количество упражнений развивающих гибкость.

Тема.2. Классический танец. (40 часов)

Теория. Элементы классического танца(4 часа)

Практика. 2.1 Упражнения у станка.(20 часов)

Простейшие комбинации упражнений, ускоренный темп исполнения.

Изучение батман фрэппе, батман фондю, релевелян на 45 , батман тандю жете пике, танрелеве партер, батман дубль фрэппе, релеве на полупальцы, пти батман, перегибы корпуса, гранд батман жете.

Практика. 2.2 Упражнения на середине зала.(10 часов)

3-е пордебра; позы круазе, эфассе, экарте; батман тандю, плие, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман фрэппе, батман фондю, релевелян на 45;

Прыжки соте, шанжман де пье.

Практика. 2.3 Закрепление упражнений.(10)

Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

Тема. 3. Народно-сценический танец.(20 часов)

Теория. Элементы народно-сценического танца (1 час)

Практика.3.1Русский танец. (20 часов)

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений.

Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания, мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии. Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «Катюша» или «Кадриль» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

Тема. 4. Импровизация и актёрское мастерство. (6 часов)

Теория. Приемы импровизации и актерского мастерства (2 часа)

Практика. Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо.

Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.

Тема. 5. Репетиции и постановка танцев.(30 часов)

Практика. Пополнение репертуара новыми постановками - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

Тема. 6. Современный танец. (15 часов)

Теория. 6.1 Основы джаз-танца (1 час)

Практика. (5 часов)

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выражать эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Практика. Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя. Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя.

Практика.6.2 Упражнения на середине (9 часов)

Упражнения на середине: проучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

7. Сценическая практика.(13 часов)

Теория. Правила поведения, репетиций и выступлений на сцене. (1 час)

Выступления на различных сценических площадках, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

СОДЕРЖАНИЕ

2 ГОД

Права и обязанности учащихся. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

1. Партерная гимнастика и ритмика. (20 часов)

1.1 Ритмика. (10 часов)

Теория. Музыкальные понятия (1 час)

Практика.(9 час)

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

1.2 Партерная гимнастика.(10 часов)

Теория. Правила исполнения (1 час)

Повторение выученного, усложнение упражнений.

Практика (9 часов).

Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

2. Классический танец. (40 часов)

Теория. (2 часа). Элементы классического танца

Практика. 2.1 Упражнения у станка. (20 часов)

Повторение и закрепление выученного за 1-й год обучения. Основные правила движений у станка, координация рук, ног, головы в движении.

Упражнения: ронд де жамбанлер, батман релеве лян на 90, батман сутеню на 45, ронд де жамб партер на плие андеор и андедан, гранд батман жете пике, батман девлоппе. Упражнения на полупальцах: пти батман, батман фондю, батман фраппе и дубль фраппе.

Практика. 2.2 Упражнения на середине зала.(10 часов)

Повторение и закрепление выученного.

Разучивание упражнений: танлие, 4-е и 5-е пордебра. Позы классического танца на 45, а затем на 90 градусов: аттитюды, арабески. Элементарное адажио, падебуре. Прыжки: па эшаппе на 2-ю позицию, па ассамбле, па балансе, сиссонсемпль, па жете.

Практика. 2.3 Закрепление упражнений.(10 часов)

Повторение и закрепление упражнений, работа над техникой.

Практика.

3. Народно-сценический танец. (10 часов)

3.1 Русский танец.

Повторение выученного за 1 год обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений, либо танцевального номера («Горница» или другой, на выбор педагога).

Практика.

4. Импровизация и актёрское мастерство.(6 часов)

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «ветерок и ветер», «жонглёры». Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом. Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «на речке» и т. д.

5. Современный танец. (26 часов)

Теория. 5.1 Основы джаз-танца. (2 часа)

Практика. (16 часов)

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выразить эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Теория. Основы партер-джаза. (2 часа)

Практика (10 часов). Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя. Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя. **Практика.** 5.2 Упражнения на середине (10 часов)

Упражнения на середине: проучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

6. Практика. Репетиции и постановка танцев. (30 часов)

Пополнение концертного репертуара группы новыми постановками: «Ритмы и мы», «Карнавал», «Салют Победе», «Волшебный сон» и др.

Работа над техникой исполнения номеров в танц-зале и на сценической площадке.

7. Практика. Сценическая практика. (12 часов)

Применение полученных знаний умений и навыков на практике.

Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами).

Развитие «сценической» смелости.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

1. Знать хореографическую азбуку школы классического танца;
2. Понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами,
3. Связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;
4. Знать сложные технические движения народно-сценического танца;
5. Исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;
6. Иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
7. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
8. Уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях;
9. Уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы для дополнительного образования учащихся включает в себя следующие основополагающие понятия: принципы, методы, формы и критерии оценки.

По каждому блоку предусматриваются различные формы проведения занятий: - теоретические и практические занятия.

Методы, применяемые при подготовке к занятиям, подразделяются на словесные (беседа, рассказ-объяснение), наглядные (демонстрация учителем, показ действия, показ упражнения, показ видеозаписей), практические (выполнение упражнений, приобретение навыков, овладение приемами работы), разучивание (повторение упражнения, анализ выполненных движений).

Закрепление материала. Посещение концертов и открытых уроков других творческих коллективов. По организации деятельности: групповой, поточный, индивидуальный.

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

1. Метод сенсорного восприятия-просмотры видеофильмов, прослушивание аудиозаписей.

2. Словесный метод - рассказ нового материала, дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.

3. Наглядный метод-личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения.

4. Практический метод - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции.

5. метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- Ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.

- Тренировка. Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.

- Применение. Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, в концертной деятельности.

Дидактический материал представлен:

1. Музыкальные кассеты: «Хореография» в 4 частях.

2. Диски DVD.

Лекционный материал представлен:

1. Беседы о видах хореографического искусства;

2. Беседы об истории танца.

Техническое оснащение занятий:

- Хореографический зал
- Зеркала
- Станки для занятия хореографией
- Магнитофон
- Фортепиано
- Коврики
- Хореографическая форма.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1.Н.И. Бочкарева «Ритмика и хореография». Москва, «Просвещение» 2005г.

2.Л. Сиднева, Е. Алексеева «Учебное пособие по аэробике». Калуга, 1999г.

3.Т. К. Васильева «Секрет танца», 1997г.

4.«Свободный час. Разучивание массовых и бальных танцев». Челябинск, 1970г.

5.Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970

Методическая литература

- Луначарский А. В. Искусство и революция.— Собр. соч., в 8-ми т. М., 1967, т. 7.
 Ваганова А. Я. Основы классического танца. М., 1963.
 Ванелов Б. Балеты Григоровича и проблемы хореографии. М., 1971.
 Васильева Е. А. Танец. М., 1968.
 Габович М. М. душой исполненный полет. М., 1967.
 Красовская В. Русский балетный театр начала XX века.л., 1971.
 Карп П. О. О балете. М., 1967.
 Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца. Л., 1968.
 Новер Ж. Письма о танце и балетах. М., 1965. Сборники Русский танец. 1970—1980. М., 1965, вып. 4.
 Ткаченко Т. Народные танцы. М., 1975.
 Гребенщиков С. М. Сценические белорусские танцы. Минск, 1974.
 Великова Э. Здесь танцуют. Рассказы о танцах. Л., 1974.
 Красовская В. Нижинский. М., 1974.
 Резникова З. М. Орлята учатся летать. Танцы для детей. М., 1974.
 Слонимский Ю. Балетные строки Пушкина. Л., 1974.
 Степанова Л. Танцы народов России. Репертуарный сборник 14. М., 1973 (Б-ка В помощь художественной самодеятельности).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Балет: Энциклопедия — М.; Современная энциклопедия, 1981 г.
2. Вест Клер. Источник энергии. — М.: ТОО «ТП», 1985 г.
3. Фильденкрайз М. Осознание через движение. — М., 1994 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1ГОД

п\п	Месяц Число	Время проведения	Форма занятия	К- во ч.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Ритм, мелодическая линия, тема музыкального произведения. Права и обязанности обучающихся. Техника безопасности.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
2		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разминка, ускорения темпа,	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет№7	Опрос

					исполнение упражнения: голова, плечи, руки.		
3		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Темп, метроритм.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
4		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разминка, ускорение темпа, исполнение упражнения: голова, плечи, руки.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
5		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на развитие ориентации в пространстве, положение в парах.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
6		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Одновременная работа разнообразных групп мышц.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
7		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на развитие ориентации в пространстве с последующим возвращением в колонну, круг, шеренгу.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
8		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Одновременная работа разнообразных групп мышц.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
9		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: разведение рук в стороны с напряжением.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
10		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения развивающие гибкость: наклоны торса, спирали.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
11		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: напряжение и	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

					расслабление мышц.		
12		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на гибкость.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
13		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
14		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Движения изолированных центров: голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
15		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перемещение в пространстве, различные способы вращений и прыжков.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
16		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Координация двух, трех изолированных центров.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
17		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перемещение в пространстве, различные способы вращений и прыжков.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
18		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на гибкость.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
19		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Усложнение и ускорение выученных упражнений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
20		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Добавление более сложных элементов	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет.№7	Наблюдение
21		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основные правила у станка. Законы равновесия. Закономерность координации.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
22		По	Теоретическое	1ч	Развитие	МАОУ «Гимназия	Наблюдение

		расписанию	занятие		танцевальной техники.	«Исток»кабинет №7	
23		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основные технические навыки	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
24		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перегибы корпуса, батман фрапе. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
25		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Закономерность координации.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
26		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Третье пордебро. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
27		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фрапе, батман фондю.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
28		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Позы круозе и эфассе. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
29		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Реллеве на 45.ю батман тандю жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
30		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Плие, батман тендю. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
31		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Танреллеве партер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
32		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Плие, батман тендю. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
33		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фраппе, батман фондю.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
34		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ронд де жамп партер. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
35		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релевелян на 45, батман тандю жете пике.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
36		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фрапе, батман фондю. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
37		По	Практическое	1ч	Танрелеве партер.	МАОУ «Гимназия	Открытое

		расписанию	занятие			«Исток»кабинет №7	занятие
38		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Третье подобра. Позы круазе и эфассе. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
39		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман дубль фраппе.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
40		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релевелян на 45. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
41		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релеве на полупальцах.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
42		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет.№7	Опрос
43		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пти батман. Перегибы корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
44		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
45		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Гранд батман жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
46		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
47		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Танрелеве партер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
48		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
49		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман дубль фрапе.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
50		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
51		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пти батман. Перегибы корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
52		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
53		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Гранд батман жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос

54		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
55		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
56		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
57		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
58		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
59		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
60		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
61		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Характер исполнения русского народного танца. Народные костюмы.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
62		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Движения рук. Танцевальные комбинации на развитие координации движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
63		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: простой и переменный тройной шаг.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
64		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: переменный шаг с каблука.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет.№7	Наблюдение
65		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: медленный русский ход.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

66		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: медленный русский ход.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
67		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: припадание по третьей позиции	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
68		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: припадание по третьей позиции	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
69		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: тройные переступания	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
70		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: быстрый бег в ритмическом разнообразии.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
71		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: танцевальный этюд из выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
72		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: танцевальный этюд из выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
73		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
74		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
75		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
76		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений

77		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
78		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
79		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
80		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
81		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Импровизация: различные элементы и приемы.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
82		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
83		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Актерское мастерство: контролировать собственное исполнение.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
84		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
85		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание игры, развивающее умение импровизировать.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
86		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром. Прослушивание музыки к танцам.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
87		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение работать в группе.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
88		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
89		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пантомимические этюды с использованием выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
90		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Прослушивание музыки к танцам.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
91		По	Практическое	1ч	Пантомимические	МАОУ «Гимназия	Опрос

		расписанию	занятие		этюды с использованием выученных движений.	«Исток»кабинет №7	
92		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
93		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
94		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
95		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
96		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
97		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
98		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
99		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
100		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
101		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
102		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
103		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
104		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
105		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
106		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основы джаз-танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
107		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Партер-джаз.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт

108		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проработка на полу основных положений ног и корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет№7	Зачетный концерт
109		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Маленькие мостики и разножки. Сокращение и круговая работа стоп по шестой и пятой позиции.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
110		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Растяжка лежа и сидя. Проработка выхода на большой мостик.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
111		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-танце:вторая параллель.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
112		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
113		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-танце:четвертая параллель.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
114		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
115		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-танце: перпендикуляр.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
116		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
117		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа корпуса плеч рук ног и головы в положении стоя.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
118		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
119		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Тяговые пор де бра проработка торсовых смещений работа	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт

					боков.		
120		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
121		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание основных движений комбинируем их.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
122		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
123		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Сочиняем танцевальный номер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
124		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
125		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
126		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
127		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танцевальных движений и комбинируем их.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
128		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
129		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Сочиняем танцевальный номер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
130		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
131		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные позиции ног в джаз-танце: перпендикуляр, вторая и четвертая параллель.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
132		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
133		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Применение умений и навыков, полученных в коллективе на	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала

					практике.		
134		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Привитие сценической культуры: внешний вид, костюм.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
135		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Привитие сценической культуры: поведение на сцене и за кулисами.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
136		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Развитие сценической смелости.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
137		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Снятие зажима во время выступления.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
138		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Развитие сценической смелости.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
139		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Снятие зажима во время выступления.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
140		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение совместной работы в группе во время репетиций на сцене.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
141		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение совместной работы в группе во время репетиций на сцене.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
142		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение определять сценическое пространство.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
143		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение определять сценическое пространство.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
144		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение держать центр сцены.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Итоговая диагностика

Календарный учебный график

2 год

№ п\п	Месяц Число	Время проведения	Форма занятия	К- во ч.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Ритм, мелодическая линия, тема музыкального произведения. Права и обязанности обучающихся. Техника безопасности.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
2		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разминка, ускорения темпа, исполнение упражнения: голова, плечи, руки.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
3		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Темп, метроритм.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
4		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разминка, ускорение темпа, исполнение упражнения: голова, плечи, руки.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
5		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на развитие ориентации в пространстве, положение в парах.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
6		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Одновременная работа разнообразных групп мышц.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
7		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на развитие ориентации в пространстве с последующим	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

					возвращением в колону, круг, шеренгу.		
8		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Одновременная работа разнообразных групп мышц.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
9		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: разведение рук в стороны с напряжением.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
10		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения развивающие гибкость: наклоны торса, спирали.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
11		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: напряжение и расслабление мышц.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
12		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнение на гибкость.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
13		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на развитие мышечного чувства: напряжение и расслабление мышц плечевого пояса и корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
14		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Движения изолированных центров: голова, плечи, грудная клетка, руки, ноги.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
15		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перемещение в пространстве, различные способы вращений и прыжков.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
16		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Координация двух, трех изолированных	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

					центров.		
17		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перемещение в пространстве, различные способы вращений и прыжков.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
18		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Упражнения на гибкость.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
19		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Усложнение и ускорение выученных упражнений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
20		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Добавление более сложных элементов	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
21		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основные правила у станка. Законы равновесия. Закономерность координации.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
22		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Развитие танцевальной техники.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
23		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основные технические навыки	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
24		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Перегибы корпуса, батман фрапе. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
25		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Закономерность координации.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
26		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Третье пордебро. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
27		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фрапе, батман фондю.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
28		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Позы круозе и эфассе. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
29		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Реллеве на 45.ю батман тандю жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
30		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Плие, батман тендю. Прыжки	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие

					соте, шажман де пье.		
31		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Танреллеве партер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
32		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Плие, батман тандю. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
33		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фραπε, батман фондю.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
34		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ронд де жамп партер. Прыжки соте, шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
35		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релевелия на 45, батман тандю жете пике.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
36		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман фрапе, батман фондю. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
37		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Танрелеве партер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
38		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Третье подобра. Позы круазе и эфассе. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
39		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман дубль фραπε.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
40		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релевелия на 45. Прыжки соте шажман де пье.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
41		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Релеве на полупальцах.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Открытое занятие
42		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
43		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пти батман. Перегибы корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
44		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
45		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Гранд батман жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос

46		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
47		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Танрелеве партер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
48		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
49		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Батман дубль фрапе.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
50		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
51		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пти батман. Перегибы корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
52		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
53		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Гранд батман жете.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
54		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
55		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
56		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
57		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
58		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
59		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Ускоренный темп исполнения выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
60		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа над техникой исполнения.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
61		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Характер исполнения русского народного танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

					Народные костюмы.		
62		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Движения рук. Танцевальные комбинации на развитие координации движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
63		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: простой и переменный тройной шаг.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
64		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: переменный шаг с каблука.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
65		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: медленный русский ход.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
66		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: медленный русский ход.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
67		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: припадание по третьей позиции	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
68		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: припадание по третьей позиции	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
69		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: тройные переступания	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
70		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: быстрый бег в ритмическом разнообразии.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
71		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет	Анализ движений

					русского танца: танцевальный этюд из выученных движений.	№7	
72		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные движения русского танца: танцевальный этюд из выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
73		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
74		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
75		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
76		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
77		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
78		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
79		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
80		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Анализ движений
81		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Импровизация: различные элементы и приемы.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
82		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
83		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Актерское мастерство: контролировать собственное исполнение.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
84		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка способностей
85		По	Практическое	1ч	Разучивание	МАОУ «Гимназия	Зачетное

		расписанию	занятие		игры, развивающее умение импровизировать.	«Исток»кабинет №7	исполнение
86		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром. Прослушивание музыки к танцам.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
87		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение работать в группе.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
88		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
89		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пантомимические этюды с использованием выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
90		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Прослушивание музыки к танцам.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетное исполнение
91		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Пантомимические этюды с использованием выученных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
92		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
93		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
94		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
95		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Опрос
96		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
97		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
98		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение
99		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Наблюдение

100		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
101		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
102		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
103		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
104		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Творческая работа над репертуаром.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
105		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
106		По расписанию	Теоретическое занятие	1ч	Основы джаз-танца.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
107		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Партер-джаз.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
108		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проработка на полу основных положений ног и корпуса.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
109		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Маленькие мостики и разножки. Сокращение и круговая работа стоп по шестой и пятой позиции.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
110		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Растяжка лежа и сидя. Проработка выхода на большой мостик.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
111		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-танце:вторая параллель.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
112		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
113		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт

					танце:четвертая параллель.		
114		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
115		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Проучивание основных позиций ног в джаз-танце: перпендикуляр.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
116		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
117		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа корпуса плеч рук ног и головы в положении стоя.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
118		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
119		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Тяговые пор де бра проработка торсовых смещений работа боков.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
120		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных движений.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
121		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание основных движений комбинируем их.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
122		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
123		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Сочиняем танцевальный номер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Зачетный концерт
124		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
125		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
126		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
127		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Разучивание танцевальных движений и комбинируем их.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала

128		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
129		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Сочиняем танцевальный номер.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
130		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
131		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Основные позиции ног в джаз-танце: перпендикуляр, вторая и четвертая параллель.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
132		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Отработка танцевальных комбинаций.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
133		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Применение умений и навыков, полученных в коллективе на практике.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
134		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Привитие сценической культуры: внешний вид, костюм.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
135		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Привитие сценической культуры: поведение на сцене и за кулисами.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
136		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Развитие сценической смелости.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
137		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Снятие зажима во время выступления.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
138		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Развитие сценической смелости.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
139		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Снятие зажима во время выступления.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
140		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение совместной работы в группе во время	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала

					репетиций на сцене.		
141		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение совместной работы в группе во время репетиций на сцене.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
142		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение определять сценическое пространство.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет№7	Оценка усвоенного материала
143		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение определять сценическое пространство.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Оценка усвоенного материала
144		По расписанию	Практическое занятие	1ч	Умение держать центр сцены.	МАОУ «Гимназия «Исток»кабинет №7	Итоговая диагностика

ПРИЛОЖЕНИЕ

Стартовая диагностика

Цель: Определить уровень развития необходимых физических качеств.

Ход занятия: педагог проводит вводное учебно-практическое занятие с контрольно-зачётными элементами, которые органично вплетены в содержание и ход занятия, не являясь явными «раздражителями» для новичков.

Детям необходимо выполнить предложенные элементы (нормативы), для того, чтобы педагог мог определить уровень начальной физической подготовки и наличие необходимых для танцора качеств.

1. Гибкость:

- «Бутербродик» –складка: И.П. – сидя на полу, вытянуть ноги вперёд, руками скользить по ногам, будто намазывая масло на хлеб, полностью прижаться ногам, удержать 3 счёта.

«Улитка» – наклон назад: И.П. – стоя на коленях, руки на поясе, сделать максимальный наклон назад.

- Осанка

- Балетный шаг.

- Выполнить у станка **I позицию**, сделать плие и максимально развести колени в стороны.

- Выворотность: выполнить «Бабочку», «Лягушку» (лёжа на животе) и встать в I позицию.

Из трёх оценок выводится средний балл.

2. Прыжки (наличие толчка): И.П. – руки на поясе, стойка по 6-й позиции. Выполнить 10 прыжков с прямыми ногами. Оценивается лёгкость, чистота и высота исполнения.

Приседы: И.П. – руки на поясе, стойка по 6-й позиции. Выполнить 10 раз, вытягивая руки вперёд.

Прыжки на скакалке – 10 раз.

3. Музыкально-ритмическая координация(элементы игровойтехнологии):

- игра «**Повтори за мной**»–воспроизведение ритмического рисунка в хлопках под музыкальное сопровождение, методом включённогонаблюдения оценивается правильность и чёткость исполнения:

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – неверно воспроизводит ритмический рисунок.

Шкала оценивания (для всех показателей):

1- 4 – низкий уровень;

5 -7 – средний уровень;

8 -10 – высокий уровень.

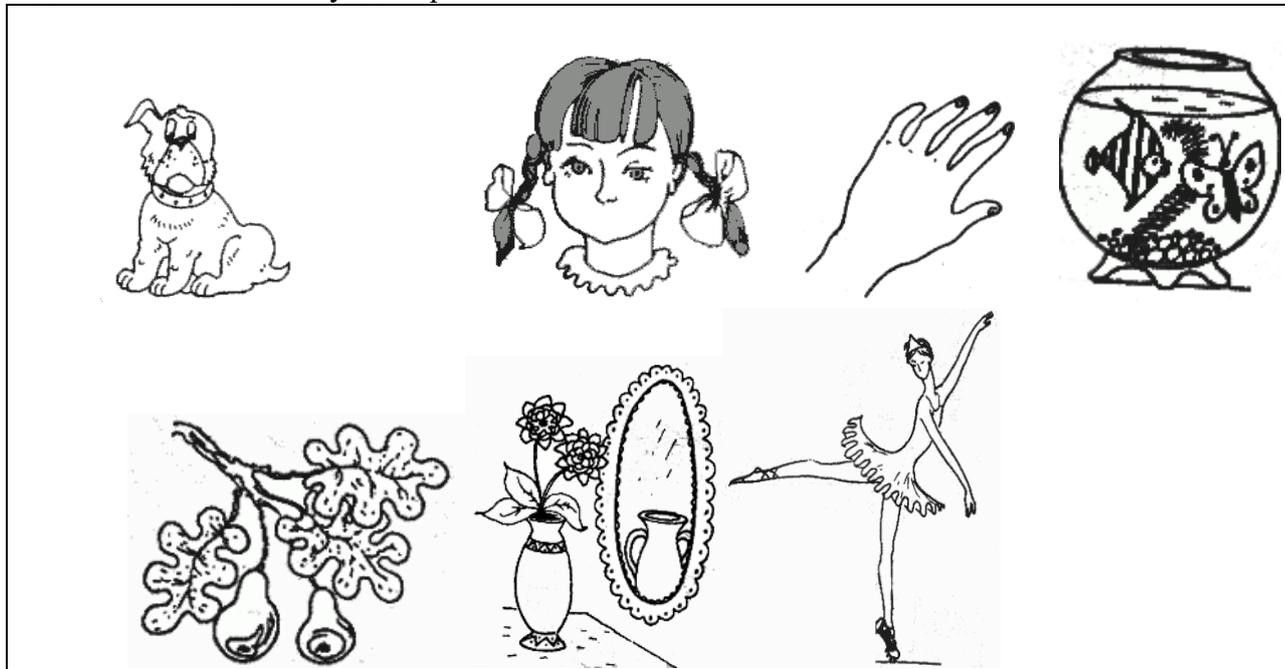
ПРИЛОЖЕНИЕ

Стартовая диагностика

«Тест "Чего не хватает?»

(разработан Р. С. Немовым)

Задание:ребёнку предлагаются 7 рисунков, на каждом из которых не хватает какой-то важной детали, либо что-то нарисовано неправильно. Проводящий диагностику педагог фиксирует время, затраченное на выполнение всего задания с помощью секундомера.



Оценка

результатов:

10 баллов (очень высокий уровень) – ребёнок назвал все 7 неточностей менее чем за 25 секунд;

8 - 9 баллов (высокий) – время поиска всех неточностей заняло 26-30 секунд;

4 - 7 баллов (средний) – время поиска заняло от 31 до 40 секунд;

2 - 3 балла (низкий) – время поиска составило 41-45 секунд;

0 - 1 балл (очень низкий) – время поиска больше 45 секунд.

Итоговая диагностика

1. Комплекс ОФП:

- пресс – 10 раз (в парах);

- сила спины – 10 раз (в парах);

- касание прямыми ногами за головой– 15 раз (в парах);

- «Поплавок» удержание ног в вися на шведской стенке 10 счётов (согнутые ноги подтянуты к подбородку);
- «Планка» – удержание 10 секунд;
- «Выкруты» плеч (скакалка сложена вдвое);
- прыжки на скакалке с прямыми ногами – 20 раз (без остановки).

2. Музыкально-ритмическая координация: проверка знаний музыкальных жанров (полька, вальс, марш), прослушивание различных музыкальных отрывков, которые дети должны определить на слух и продемонстрировать своё умение двигаться в соответствии с музыкой.

Тест-практикум по теме «Музыкальные размеры»

Цель: Выявить уровень знания музыкальных жанров (марш, полька, вальс, плясовая) и музыкальных размеров (2/4, 3/4, 4/4).

1. Проигрывается часть музыкального произведения.
2. Дети должны правильно двигаться в соответствии с музыкой.
3. Каждый ребёнок называет жанр и музыкальный размер конкретного отрывка.
4. По заданию педагога каждый воспитанник просчитывает музыкальный размер.

№	ФИ ребёнка	ЗАДАНИЕ №1	ЗАДАНИЕ №2	ЗАДАНИЕ №3	ОБЩИЙ БАЛЛ	СРЕДНИЙ БАЛЛ
1						
2						

3. Элементы классического экзерсиса: занятие проходит в форме контрольного или открытого занятия с приглашением родителей воспитанников.

Цель: Определить уровень освоения программного материала по классическому танцу.

Контрольные задания:

1. Позиции ног (1, 2, 3, 6).
2. Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3).
3. Постановка корпуса и головы.
4. Основные элементы классического экзерсиса:
 - 3.1 Плие (деми, гранд).
 - 3.2 Релевэ.
 - 3.3 Батман тандю.
 - 3.4 Батман тандюжетэ.
 - 3.5 Пассэ.
 - 3.6 Сотэ, шассэ.

ФИ ребёнка	Позиции ног	Позиции рук	Постановка корпуса и головы	Элементы классического экзерсиса						Общбалл	Ср. балл
				Плие	Релевэ	Батман тандю	Батман тандюжетэ	Пассэ	Сотэ, шассэ		

4. Предметная подготовка (элементы со скакалкой):

- простые прыжки с прямыми ногами через скакалку с вращением вперёд – 10 раз, назад – 10 раз;
- прыжки со сложенной вдвое скакалкой – 10 раз;

- манипуляции: вращение скакалки над головой, перед собой и сбоку, поочередно обеими руками.

5. Концертная деятельность: исполнение показательных номеров на открытом занятии для родителей («Майский концерт»).

6. Уровень развития творческих способностей:

1. Методика «Свободное движение».

Критерии уровня развития отзывчивости на музыку, эмоциональности и выразительности:

1) передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу педагога или повторяет за другими детьми), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний – движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

2. Сочинение танца: детям на занятии предлагается прослушать мелодию, сочинить танцевальную миниатюру, передавая характер музыки и создавая художественный образ:

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

3. Тест «Мой творческий потенциал»

ТЕСТ «МОЙ ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ»

Ответь на вопросы – обведи нужный ответ кружочком и подсчитай сумму:

№	вопросы	да	нет
1	Любишь ли ты рисование, танцы, музыку, театр?	2	1
2	Часто ли ты грустишь и тебе хочется побыть одной?	1	2
3	Приукрашиваешь ли ты истории, рассказывая их друзьям?	1	0
4	Проявляешь ли ты инициативу в работе или на занятиях?	2	1
5	Размашистый ли у тебя почерк?	1	0
6	Ты сама выбираешь одежду или слушаешь советы других?	0	1
7	Когда тебе скучно на уроках, ты рисуешь одни и те же фигурки?	0	1
8	Когда слушаешь музыку, возникают ли у тебя образы?	1	0
9	Любишь ли ты писать сочинения, сочинять сказки?	2	1
10	Снятся ли тебе необыкновенные красочные сны?	1	0
11	Представляешь ли место, куда тебе хотелось бы попасть?	1	0

12	Плачешь ли ты, когда смотришь фильмы с печальным концом?	1	0
----	--	---	---

Подсчитай свои очки и прочитай, что у тебя получилось?

(рекомендуется заклеить результаты цветным вкладышем)

РЕЗУЛЬТАТЫ:

14 – 16 очков – у тебя буйная фантазия и высокий творческий потенциал, ты хорошо и умело ей пользуешься, жизнь может стать гораздо богаче и принести много радости и окружающим тебя людям.

10 - 12 очков – твои фантазия и творчество - не самое слабое звено, и только от тебя зависит, сумеешь ли ты развить их ещё больше.

5 – 8 очков – ты реалистка, не витаешь в облаках, но радость творчества и фантазии ещё никому не навредила!