

Администрация Богородского муниципального района Нижегородской области
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Центр внешкольной работы»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
протокол №1 от 26.08.2023г.

Утверждена приказом директора
МБУ ДО «ЦВР»
№ 210 от 31.08.2023 г.

*Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
танцевального коллектива
«РАДУГА»*

Разноуровневая: стартовый, базовый и углубленный уровни

Возраст обучающихся:

4 -6 лет; 7-10лет;

11-15 лет

Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:

Корнилова Марина Юрьевна,
педагог дополнительного образования
1 квалификационной категории

г.Богородск, 2023г.

Пояснительная записка

Программа «Радуга» имеет художественную направленность и создает условия, обеспечивающие развитие творческих способностей детей и подростков с учетом их возможностей средствами хореографического искусства. Данная программа посвящена развитию и коррекции физических качеств детей, раскрытию творческих способностей детей.

Актуальность программы

Духовно-нравственное развитие детей и молодёжи, подготовка их к самостоятельной жизни есть важнейшая составляющая развития общества и государства. Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно-прикладного и художественного творчества, танца и пластики. Занятия танцами способствуют не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира.

В настоящее время существует много студий, ориентированных на изучение определенного танцевального направления (восточные, бальные, народные танцы). Преимущество современного эстрадного танца заключается в том, что это танцевальное направление синтезирует в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического, народного, танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, диско. Это дает большую свободу для творчества.

В современном эстрадном танце, большую роль, нежели в любом другом танцевальном направлении, играет индивидуальность исполнителя. Это неудивительно, ведь эстрадный танец - это не просто последовательность заученных движений, это небольшая танцевальная постановка. И исполнитель должен обладать не только танцевальным, но и актерским талантом.

Все это делает современные эстрадные танцы все более востребованными среди подрастающего поколения.

Данная программа является модифицированной, создана на основе опыта достаточно широко распространённых у нас в стране методик обучения детей танцевальному искусству: дифференцированного обучения, индивидуального обучения, проблемного обучения, методика проектной деятельности. Ввиду широкого возрастного интервала обучающихся в объединении, из вышеуказанных методик выбраны отдельные принципы обучения, наиболее эффективные для каждой группы детей (принципы доступности, наглядности, связи обучения с практикой, систематичности и последовательности и др.).

Главное отличие и новизна программы состоит в том, что программой предусмотрено использование элементов гимнастики в процессе обучения и дальнейшее внедрение элементов акробатики в танцевальные постановки.

Занятия по программе многофункциональны: это и средство общего развития ребенка, его индивидуально-психологических способностей, двигательных умений и навыков; форма взаимодействия, сотрудничества ребенка и педагога, опосредованная постижением мира танцевального искусства.

Программа разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

1. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 июля 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

- Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

- Письмо Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Цель программы: физическое совершенство учащихся, формирование навыков творческой деятельности детей средствами искусства танца.

Исходя из цели программы; определяются **ее задачи:**

- *развивающая* – формирование художественного вкуса, раскрытие потенциала личности средствами танцевальной деятельности, приобщение к истории и традициям танцевального искусства, формирование потребности в самопознании, саморазвитии;

- *обучающая* – овладение навыками современного эстрадного танца, основами народного и классического танца, развитие интереса к танцевальному искусству;

- *воспитательная* - формирование общественной активности личности, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, самостоятельности, пунктуальности, аккуратности, бережливости, творческой работе в коллективе, уважению к творчеству других; прививать навыки культурного поведения не только на сцене, но и в обществе.

Возраст детей, участвующих в реализации программы от 4 до 15 лет, набор детей в хореографический коллектив свободный.

При работе с детьми важно учитывать *психологические особенности* их возраста.

Подготовительная группа – 4-6 лет

Дети этого возраста ещё недостаточно развиты в психологическом и физическом смысле. Они легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, возбудимы, эмоциональны, быстро устают. Поэтому занятия детей этого возраста не могут быть более 1 академического часа, и обязательные элементы чередуются с игровыми. Игра для них является основным видом деятельности, влияющая на развитие ребёнка. Кроме того, важным моментом для развития детей 4-6 лет является овладение элементами учебной деятельности, формирующими познавательные интересы и умение учиться. Трудность работы с такими детьми заключается в том, что их внимание, память и воображение по большей части остаются

непроизвольными. С самого первого дня пребывания в студии ребёнка окружают заботой в подготовительном отделении, на занятиях его учат элементарным правилам поведения и общения, он учится танцевать, впервые выходит на сцену.

Младшая группа – 7-10 лет.

В период младшего школьного возраста происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребёнка, обеспечивающее возможность систематического обучения. Прежде всего, совершенствуется работа головного мозга и нервной системы. Однако, наиболее важные отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста ещё не завершили своего формирования. Младшие школьники всё ещё легко отвлекаются, возбудимы, эмоциональны. Младший школьный возраст – это период позитивных изменений и преобразований. Поэтому так важен уровень достижений, осуществлённых каждым ребёнком на данном возрастном этапе. Если в этом возрасте ребёнок не почувствует радость познания, не приобретёт умения учиться, не научится дружить, не обретёт уверенность в своих способностях и возможностях, сделать это в дальнейшем будет значительно труднее и потребует неизмеримо более высоких душевных и физических затрат. Дети 7-10 лет уже более развиты физически, поэтому физическая нагрузка на занятиях может быть увеличена. А природную эмоциональность можно использовать в постановках номеров, создавая сценический образ, близкий и понятный детям. С самого начала воспитанники участвуют в постановочной деятельности.

Средняя и старшая группа – 11-15 лет.

Психологическое развитие детей в 11-15 лет характеризуется появлением ряда специфических черт, важнейшими из которых является стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о стремлении утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономию. Подростки данного возраста

стремятся понять себя, свои возможности и особенности, своё сходство с другими людьми и своё отличие – уникальность и неповторимость. Подросток смотрит на себя как бы «извне», сопоставляет себя с другими – взрослыми и сверстниками, ищет критерии такого сравнения. Поэтому в этот период важным элементом работы является сплочение коллектива студии и выступления на концертах и конкурсах. Они закрепляют и совершенствуют знания, а также продолжают изучать новый материал. Концертный репертуар студии значительно расширен, сложен.

В группах занимаются:

в первый год обучения - 15- 25 человек,

во второй год - 12– 20 человек

в третий, четвёртый, пятый год – 8-17 человек.

Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на 5 лет обучения, 36 учебных недель в год, всего 814 учебных часов. Программа является среднесрочной, включает 3 этапа обучения:

-стартовый(начальный) уровень (1-2 года обучения)

- базовый уровень (3-4 года обучения)

-углубленный уровень (5 год обучения)

На начальном этапе обучения танцевальные импровизации под музыку, сюжетно-ролевые, музыкально-танцевальные игры являются важнейшими формами работы, так как развивают творческую фантазию и двигательную активность детей.

Включение в содержание программы занятий разной направленности (физических упражнений, музыки, гимнастики, ритмики, игры, импровизации и т.д.) позволяет создать условия для разностороннего развития личности юного танцора, его чувственно-эмоциональной сферы, творческих способностей.

Для групп детей, закончивших основной курс обучения по программе (5 лет обучения), но желающих дальше совершенствовать свои умения и

навыки, разрабатываются индивидуальные образовательные маршруты с углубленным изучением основ хореографического искусства. Из таких детей могут формироваться группы (творческие), а также дети могут заниматься в составе группы 5 года обучения по индивидуальному образовательному маршруту. Для творческих групп детей предусмотрено 4 часа в неделю (2 раза в неделю по 2 часа, 144 часов в год), возможно увеличение количества часов до 6 часов в неделю, 2 раза в неделю по 3 часа, или 3 раза в неделю по 2 часа (222 часа в год).

Корректировка часов учебного плана возможна в связи с потребностями и возможностями объединения, учреждения и способностями детей.

Формы занятий

В основе обучения лежат *групповые занятия*: для детей большое значение имеет коллективная деятельность. Ее главное содержание заключается в постепенном, личностно-ориентированном, гуманистическом освоении танцевального искусства в условиях группы.

Коллективная танцевальная деятельность - это приобщение участников коллектива через живое исполнительство к культуре движений, гармоничности, пластической выразительности, динамике, темпу, ритму движения. Последовательное обучение искусству классического и современного эстрадного танца способствует освоению разнообразных танцевальных умений, навыков, художественной выразительности и развитию творческих способностей. Для наиболее успешного выполнения поставленных учебно-воспитательных задач программы предусмотрены следующие виды занятий: *практические и теоретические*. Теоретическая часть дается в форме бесед и просмотра видеоматериала и подкрепляется практическим освоением темы. С целью проверки усвоения терминов, понятий и в качестве психологической разгрузки проводятся игры.

Режим занятий

Первый, второй, третий и четвертый года обучения: 144 часа в год, 4 часа в неделю, 2 раза в неделю по 2 часа. Пятый год обучения – 216 часов в год, 6 часов в неделю, 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий составляет: 30 минут для детей до 8 лет и 45 минут для детей старше 8 лет.

Прогнозируемые результаты

Реализация программы позволит:

- достичь участниками студии высокого мастерства в исполнении детского эстрадного и народного танца;
- сформировать у детей навыки физической культуры и здорового образа жизни;
- воспитать у участников студии трудолюбие, коммуникативные умения и навыки, стремление к профессионализму и активной жизненной позиции;
- создать сплочённый коллектив .

В результате учебного процесса выпускник:

- знает историю эстрадного танца;
- знает основы классического танца в теории и на практике;
- имеет практические навыки по эстраднему танцу;
- обладает исполнительским мастерством;
- умеет создать сценический образ.

Промежуточным результатом является проведение открытых занятий, мастер-классов.

Итоги каждого года имеют свои характерные черты.

Первый год: воспитанники знакомятся с новым видом деятельности — занятиями в ансамбле, должны произвести навыки самостоятельности и культурного поведения на сцене, выучить 2 -3 танца из репертуара младшей группы.

Второй год: воспитанники должны познакомиться с различными хореографическими и музыкальными направлениями, научиться

ориентироваться в расписании, знать весь репертуар младшей группы.

Третий год: участники студии должны: научиться работать в коллективе, бережно относиться к костюмам и реквизиту, учиться самостоятельно накладывать грим, знать 2-3 номера из репертуара средней группы.

Четвертый год: необходимо развить у детей потребность к самовыражению – они должны стать самыми активными участниками традиционных мероприятий коллектива, принимать участие в городских и областных конкурсах хореографических коллективов, знать 3-4 танца из репертуара средней группы, уметь самостоятельно накладывать сценический грим.

Пятый год: сформировать у воспитанников высокий исполнительский уровень концертных номеров. Воспитанники должны активно принимать участие в городских и областных фестивалях-конкурсах, знать весь репертуар средней группы, начать разучивать номера из репертуара старшей группы выпускники, совершенствуя своё исполнительское мастерство, должны оказывать помощь младшим, помогать им разучивать танцы, в которых когда-то сами были участниками.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной программы «Радуга»

Срок реализации программы 5 лет

Возраст учащихся 4-15 лет

Наименование курса, (модуля, блока, раздела, предмета, дисциплины)	Форма пром. аттеста ции	1 год обучения			Всего недель/ часов по программе
		Всего недель	Всего часов	Аттестация	
1. Вводное занятие		0,5	2		
2. Разминка		1,5	6		
3. Партерная гимнастика		10	39		
4. Ритмика		4	16		
5. Основы народного танца и эстрадного танца		2	8		
6. Музыкально- танцевальные игры		4	15		
7. Постановочная работа		5	20		
8. Репетиционная работа		9	36		
9. Открытое занятие	ЗАЧЕТ			2	
Всего по программе		36	142	2	36//144

Наименование курса, (модуля, блока, раздела, предмета, дисциплины)	Форма пром. аттеста ции	2 год обучения			Всего недель/ часов по программе
		Всего недель	Всего часов	Аттестация	
1. Вводное занятие		0,5	2		
2. Разминка		2	8		
3. Партерная гимнастика		8	32		
4. Классический экзерсис		8	31		
5. Основы народного танца и эстрадного танца. Музыкально- танцевальные игры.		6	24		
6. Постановочная работа		3,5	14		

7.Репетиционная работа		8	35		
8. Открытое занятие	ЗАЧЕТ			2	
Всего по программе		36	142	2	36/144

Наименование курса, (модуля, блока, раздела, предмета, дисциплины)	Форма пром. аттеста ции	3 год обучения			Всего недель/ часов по программе
		Всего недель	Всего часов	Аттестация	
1. Вводное занятие		0,5	2		
2. Разминка		2	6		
3. Партерная гимнастика		8	25		
4. Классический экзерсис		7	25		
5. Основы народного танца и эстрадного танца. Вращения прижки.		6	25		
6. Постановочная работа		3,5	20		
7.Репетиционная работа		9	43		
8. Открытое занятие	ЗАЧЕТ			2	
Всего по программе		36	142	2	36/144

Наименование курса, (модуля, блока, раздела, предмета, дисциплины)	Форма пром. аттеста ции	4 год обучения			Всего недель/ часов по программе
		Всего недель	Всего часов	Аттестация	
1. Вводное занятие		0,5	2		
2. Разминка		2	8		
3. Партерная гимнастика		6	24		
4. Классический экзерсис		8	32		
5. Основы народного танца и эстрадного танца. Вращения, прыжки		8	31		

6. Постановочная работа		3,5	14		
7.Репетиционная работа		8	35		
8. Открытое занятие	ЗАЧЕТ			2	
Всего по программе		36	142	2	36/144

Наименование курса, (модуля, блока, раздела, предмета, дисциплины)	Форма пром. аттеста ции	5 год обучения/творческая группа			Всего недель/ часов по программе
		Всего недель	Всего часов	Аттестация	
1. Вводное занятие		0,5	3/2/2		
2. Разминка		3,5	21/20/8		
3. Партерная гимнастика		7	42/32/20		
4.Классический экзерсис		8	47/38/26		
5.Основы народного танца и эстрадного танца. Вращения, прыжки.		7	42/36/22		
6. Постановочная работа		3	18/40/32		
7.Репетиционная работа		7	47/52/36		
8. Открытое занятие	ЗАЧЕТ			2/2/2	
Всего по программе		36	214	2	36/216

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

I год обучения

I. В раздел «Вводное занятие» входят: беседа «У нас принято здороваться» об элементарных правилах вежливости, знакомство с участниками коллектива, правила техники безопасности и поведения во время занятий. Практическая часть: игра «Снежный ком».

II. Раздел «Разминка» проводится как постепенный разогрев мышц. В неё входят музыкально-пространственные упражнения и исполняется она стоя на середине зала или по кругу: наклоны головой, движения руками, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, выпады, приседания, ходьба на носочках, пяточках,

переменные шаги, танцевальный бег, «бег лошадки», подскоки, галлопы, па-польки. Продолжительность этой подготовительной части – 10 минут.

III. В основную часть занятия входит раздел «партерная гимнастика», которая выполняется на полу в разных положениях. Исполнение движений на ковриках, необходимых для формирования осанки, для укрепления мышц спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие стопы, шага. Упражнения, корректирующие физические недостатки. Акробатические элементы:

1. Сидя на полу (ноги вытянуты вперед):

Поочередный подъем вытянутой ноги с бедром вверх;

Вытягивание и сгибание носочков;

Наклоны вперед к вытянутым ногам;

Разворот бедер с согнутыми коленями;

Наклоны к согнутым и разведенным в сторону ногам;

«Велосипед».

2. Лежа на спине (для мышц живота):

Поднимания головы и плеч вверх;

Сгибание ноги навстречу к голове с отрывом плеч от пола;

Поднимание всего туловища с руками к вытянутой вверх ноге;

Растяжка – потягивание руками и туловищем вверх;

Стойка на лопатках («березка»).

3. Упражнения лежа на боку:

Поднимание натянутой ноги вверх;

Поднимание двух натянутых ног вверх;

Разворот колена в пол и вверх.

4. Упражнения стоя на коленях:

Приседания в сторону на пол;

Наклоны и прогибания туловища назад;

Поднимание натянутой и согнутой ноги вверх – назад;

Прогибание поясницы вверх – вниз.

5. Упражнения лежа на животе:

Прогибание корпуса назад («кольцо»);

Махи натянутых ног поочередно и одновременно вверх;

«Уточка» (с вытянутыми руками и ногами);

«Лотос» (взявшись руками за ноги, и поднявшись на животе);

«Лягушка»;

Шпагат поперечный и продольный.

IV. Раздел «ритмика» включает в себя различные хлопки и притопы под музыку, музыкально-ритмические упражнения, движения, развивающие ритмический слух. Усложнение ритмического рисунка.

V. В основной части занятия выполняется классический экзерсис. Понятие «классический танец», определенный вид хореографической пластики, система движений, призванная сделать тело дисциплинированным и подвижным. Понятие опорной и работающей ноги. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: VI, I, II, III. Танцевальный марш. Элементарные батманы, простейшие движения рук в связи с движением головы. Прыжки, галоп, подскоки в различных комбинациях.

Экзерсис у станка.

- 1) Demi-plie и grand-plie;
- 2) Battement-tendus крестом;
- 3) Battement jete крестом ;

Прыжки: sote, eshappes.

VI. Раздел «музыкально-танцевальные игры». Игра как самовыражение ребенка, развития его артистичности, снятие психофизического напряжения, включает в себя игры: «Затейник», «Учитель танцев». Игры для усвоения рисунка в танце. «Воротца», «Коридор», «Ручеек». «Хоровод».

VII. В постановочной части занятия также выполняется разучивание танцевальных композиций в разных стилях. Разъяснение понятий: «драматургия танца», «сюжет», «композиция». Постановка концертных номеров на основе лексики эстрадного танца. В первый год обучения изучаются танцевальные композиции «Ладощки», «Топушка и хлопушка», «Полька». Каждая композиция

состоит из 5 – 6 частей, а также выхода, перестроения и ухода. Композиции очень хорошо развивают память, координацию и ориентацию в пространстве.

В репетиционной части - Отработка движений танцевальных номеров. Работа над синхронностью и выразительностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке. Продолжительность основной части – 50 - 60 минут.

Промежуточная аттестация проводится в виде отчётного концерта в форме зачёта.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

II год обучения

I. В раздел «Вводное занятие» входят: беседа «У нас принято здороваться» об элементарных правилах вежливости, знакомство с участниками коллектива, правила техники безопасности и поведения во время занятий. Практическая часть: игра «Знакомство».

II. Раздел «Разминка» проводится как постепенный разогрев мышц. В неё входят музыкально-пространственные упражнения и исполняется она стоя на середине зала или по кругу: наклоны головой, движения руками, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, выпады, приседания, ходьба на носочках, пяточках, переменные шаги, танцевальный и переменный бег, «бег лошадки», подскоки, галлопы, па-польки, моталочка, припадания, переменный бег. Продолжительность этой подготовительной части – 10 минут.

III. В основную часть занятия входит раздел «партерная гимнастика», которая исполняется на полу в разных положениях. Исполнение движений на ковриках, необходимых для формирования осанки, для укрепления мышц спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие стопы, шага. Упражнения, корректирующие физические недостатки. Акробатические элементы:

1. Сидя на полу (ноги вытянуты вперед):

Поочередный подъем вытянутой ноги с бедром вверх;

Вытягивание и сгибание носочков;

Наклоны вперед к вытянутым ногам «складочка»;

Разворот бедер с согнутыми коленями;
Наклоны к согнутым и разведенным в сторону ногам;
«Велосипед»;
«Неваляшка».

2. Лежа на спине (для мышц живота):

Поднимания головы и плеч вверх;
Сгибание ноги навстречу к голове с отрывом плеч от пола;
Поднимание натянутых ног вверх и опускание вниз;
Растяжка – потягивание руками и туловищем вверх;
Стойка на лопатках («березка»);
«Мостик»;
«Ножницы»;

3. Упражнения лежа на боку:

Поднимание натянутой ноги вверх;
Поднимание двух натянутых ног вверх;
Разворот колена в пол и вверх.

4. Упражнения стоя на коленях:

Приседания в сторону на пол «русалочка»;
Наклоны и прогибания туловища назад «мостик»;
Поднимание натянутой ноги вверх – назад «стрельба из лука»;
Прогибание поясницы вверх – вниз «киска»;
«Качалочка»

5. Упражнения лежа на животе:

Прогибание корпуса назад («кольцо»);
Махи натянутых ног поочередно и одновременно вверх;
«Уточка» (с вытянутыми руками и ногами);
«Лотос» (взявшись руками за ноги, и поднявшись на животе);
«Лягушка»;
Шпагат поперечный и продольный.

IV. В основной части занятия выполняется классический экзерсис. Понятие

«классический танец», определенный вид хореографической пластики, система движений, призванная сделать тело дисциплинированным и подвижным. Понятие опорной и работающей ноги. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: I, II, IV, V. Искусство танцевального поклона: поклон как приветствие и как прощание.

Экзерсис у станка:

- 1) Demi-plie и grand-plie
- 2) Battement-tendus крестом
- 3) Battement jete крестом
- 4) Rond de jambe par terre в пол
- 5) Adagio relevent крестом
- 6) Grand battement pique крестом

Занятия на середине зала:

- 1) Разучивание I, II, III port de bras
- 2) Demi-plie по всем позициям
- 3) Battement-tendus из 1 позиции
- 4) Прыжки: sote, eshappes

V. Основные движения народного и современного эстрадного танца также могут быть включены в основную часть занятия. Понятие «народный и эстрадный танец», его виды и отличительные черты. Изучение положений рук в танце. Усвоение основных движений народного танца: гармошка, ковырялочка, притопы, удары, моталочка, верёвочка, маятник. Ходы народного и эстрадного танца: переменный шаг, припадание. Вращения и прыжки по диагонали и на середине.

VI. Музыкально-танцевальные игры. Игра – неотъемлемая часть культуры народа. Игры, развивающие ритмический слух, концентрацию внимания, артистичность, координацию. «Учитель танцев», «Кошки, мышки», «Затейник».

VII. В постановочной части занятия также выполняется разучивание танцевальных композиций в разных стилях. Разъяснение понятий: «драматургия танца», «сюжет», «композиция». Постановка концертных номеров на основе

лексики эстрадного танца. На втором году обучения дети изучают танцы «Зайцы», «Шалунишки», «Карапузы», «Бибика».

VIII. В репетиционной части - Отработка движений танцевальных номеров. Работа над синхронностью и выразительностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке. Продолжительность основной части – 50 - 60 минут.

Промежуточная аттестация проводится в виде отчётного концерта в форме зачёта.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

III год обучения

I. Вводное занятие. Планы и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила техники безопасности и поведения во время занятий.

II. Раздел «Разминка» проводится как постепенный разогрев мышц. В неё входят музыкально-пространственные упражнения и исполняется она стоя на середине зала или по кругу: наклоны головой, движения руками, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, выпады, приседания, ходьба на носочках, пяточках, переменные шаги, танцевальный и переменный бег, «бег лошадки», подскоки, галлопы, па-польки, моталочка, припадания, переменный бег. Продолжительность этой подготовительной части – 10 минут.

III. В основную часть занятия входит раздел «партерная гимнастика», которая исполняется на полу в разных положениях. Исполнение движений на ковриках, необходимых для формирования осанки, для укрепления мышц спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие стопы, шага. Упражнения, корректирующие физические недостатки. Акробатические элементы:

Сидя на полу (ноги вытянуты вперед):

Поочередный подъем вытянутой ноги с бедром вверх;

Вытягивание и сгибание носочков;

Наклоны вперед к вытянутым ногам «складочка»;

«Ножницы»;

Наклоны к разведенным в сторону ногам;

«Велосипед».

Лежа на спине (для мышц живота):

Поднимания головы и плеч вверх;

Сгибание ноги навстречу к голове с отрывом плеч от пола;

Поднимание всего туловища с руками к вытянутой вверх ноге;

Поднимание вытянутых ног вверх и в стороны;

Стойка на лопатках («березка»);

«Мостик».

Упражнения лежа на боку:

Поднимание натянутой ноги вверх;

Поднимание двух натянутых ног вверх;

Разворот колена в пол и вверх.

Упражнения стоя на коленях:

Приседания в сторону на пол «колосок»;

Наклоны и прогибания туловища назад;

Поднимание натянутой и согнутой ноги вверх – назад;

Прогибание поясницы вверх – вниз «собачка».

Упражнения лежа на животе:

Прогибание корпуса назад («кольцо»);

Махи натянутых ног поочередно и одновременно вверх;

«Уточка» (с вытянутыми руками и ногами);

«Лотос» (взявшись руками за ноги, и поднявшись на животе);

«Лягушка»;

«Самолётик».

Шпагат поперечный и продольный.

IV. В основной части занятия выполняется классический экзерсис. Понятие «классический танец», определенный вид хореографической пластики, система движений, призванная сделать тело дисциплинированным и подвижным. Понятие опорной и работающей ноги. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: I, II, IV, V. Искусство танцевального поклона: поклон как приветствие и как

прощание.

Экзерсис у станка:

Demi-plie и grand-plie;

Battement-tendus ;

Battement jete ;

Rond de jambe par terre ;

Battement fondus в пол;

Battement frappes в пол;

Adajio relevent;

Grand battement pique .

Занятия на середине зала:

Разучивание I,II, III port de bras;

Demi-plie по всем позициям;

Battement-tendus ;

Relevent в сторону;

Прыжки: sote, eshappes.

V. Основные движения народного и современного эстрадного танца также могут быть включены в основную часть занятия. Понятие «народный и эстрадный танец», его виды и отличительные черты. Изучение положений рук в танце. Усвоение основных движений народного танца: гармошка, ковырялочка, притопы, удары, моталочка, верёвочка. Ходы народного и эстрадного танца: переменный шаг, припадание. Вращения и прыжки по диагонали и на середине.

VI. Музыкально-танцевальные игры. Игра – неотъемлемая часть культуры народа. Игры, развивающие ритмический слух, концентрацию внимания, артистичность, координацию. «Учитель танцев», «Снежный ком», «Затейник».

VII.В постановочной части занятия также выполняется разучивание танцевальных композиций в разных стилях. Разъяснение понятий: «драматургия танца», «сюжет», «композиция». Постановка концертных номеров на основе лексики эстрадного танца. На третьем году обучения дети изучают танцевальные композиции: «Подрушки-говорухи», «Шалунишки», «Субботея».

VIII. В репетиционной части - Отработка движений танцевальных номеров. Работа над синхронностью и выразительностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке. Продолжительность основной части – 50 - 60 минут.

Промежуточная аттестация проводится в виде отчётного концерта в форме зачёта.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

IV год обучения

I. Вводное занятие. Планы и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила техники безопасности и поведения во время занятий.

II. Раздел «Разминка» проводится как постепенный разогрев мышц. В неё входят музыкально-пространственные упражнения и исполняется она стоя на середине зала или по кругу: наклоны головой, движения руками, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, выпады, приседания, ходьба на носочках, пяточках, переменные шаги, танцевальный бег, «бег лошадки», подскоки, галлопы, па-польки, моталочка, припадания, переменный бег. Продолжительность этой подготовительной части – 10 минут.

III. В основную часть занятия входит раздел «партерная гимнастика», которая исполняется на полу в разных положениях. Исполнение движений на ковриках, необходимых для формирования осанки, для укрепления мышц спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие стопы, шага. Упражнения, корректирующие физические недостатки. Акробатические элементы:

Сидя на полу (ноги вытянуты вперед):

Поочередный подъем вытянутой ноги с бедром вверх;

Вытягивание и сгибание носочков;

Наклоны вперед к вытянутым ногам «складочка»;

Наклоны к согнутым и разведенным в сторону ногам «бабочка»;

«Велосипед».

Лежа на спине (для мышц живота):

Поднимания головы и плеч вверх;
Сгибание ноги навстречу к голове с отрывом плеч от пола;
Поднимание всего туловища с руками к вытянутой вверх ноге;
Стойка на лопатках («березка»);
«Мостик»;
«Ножницы».

Упражнения лежа на боку:

Поднимание натянутой ноги вверх;
Поднимание двух натянутых ног вверх;
Разворот колена в пол и вверх.

Упражнения стоя на коленях:

Приседания в сторону на пол «русалочка»;
Наклоны и прогибания туловища назад «мостик»;
Поднимание натянутой ноги вверх – назад «стрельба из лука»;
Прогибание поясницы вверх – вниз «собачка».

Упражнения лежа на животе:

Прогибание корпуса назад («кольцо»);
Махи натянутых ног поочередно и одновременно вверх;
«Уточка» (с вытянутыми руками и ногами);
«Лотос» (взявшись руками за ноги, и поднявшись на животе);
«Лягушка»; «самолётик»

Шпагат поперечный и продольный.

IV. В основной части занятия выполняется классический экзерсис. Понятие «классический танец», определенный вид хореографической пластики, система движений, призванная сделать тело дисциплинированным и подвижным. Понятие опорной и работающей ноги. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: I, II, IV, V. Искусство танцевального поклона: поклон как приветствие и как прощание, благодарность.

V. Экзерсис у станка:

Demi-plie и grand-plie

Battement-tendus крестом
Battement jete крестом
Rond de jambe par terre в пол
Battement fondus в пол крестом
Battement frappes в пол крестом
Adagio relevent крестом
Grand battement pique крестом

Занятия на середине зала:

Разучивание I,II, III port de bras
Demi-plie по всем позициям
Battement-tendus из 1 позиции
Rond en dehor, en dedans
Relevelent в сторону
Прыжки: sote, eshappes

VI. Основные движения народного и современного эстрадного танца также могут быть включены в основную часть занятия. Понятие «народный и эстрадный танец», его виды и отличительные черты. Изучение положений рук в танце. Усвоение основных движений народного танца: гармошка, ковырялочка, притопы, моталочка, верёвочка. Ходы народного и эстрадного танца: переменный шаг, припадание. Вращения и прыжки по диагонали и на середине. Понятие «современный эстрадный танец», его возникновение. Цель и особенности танца. Основные виды: «диско», «джаз», «модерн», «хип-хоп» и т. д.

VII. Музыкально-танцевальные игры. Игра – неотъемлемая часть культуры народа. Игры, развивающие ритмический слух, концентрацию внимания, артистичность, координацию. «Учитель танцев», «Снежный ком», «Затейник».

VIII. В постановочной части занятия также выполняется разучивание танцевальных композиций в разных стилях. Разъяснение понятий: «драматургия танца», «сюжет», «композиция». Постановка концертных номеров на основе лексики эстрадного танца. На четвёртом году обучения дети разучивают композиции: «Хорошее настроение», «Скакалка», «До-ре-ми».

IX. В репетиционной части - Отработка отдельных движений и танцевальных номеров. Работа над синхронностью и выразительностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце, правильное положение рук, головы и корпуса. Ориентирование на сценической площадке. Продолжительность основной части – 50 - 60 минут.

Промежуточная аттестация проводится в виде отчётного концерта в форме зачёта.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

V год обучения

I. Вводное занятие. Планы и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила техники безопасности и поведения во время занятий.

I. Раздел «Разминка» проводится как постепенный разогрев мышц. В неё входят музыкально-пространственные упражнения и исполняется она стоя на середине зала или по кругу: наклоны головой, движения руками, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, выпады, приседания, ходьба на носочках, пяточках, переменные шаги, танцевальный бег, «бег лошадки», подскоки, галлопы, па-польки, моталочка, припадания, переменный бег. Продолжительность этой подготовительной части – 10 минут.

III. В основную часть занятия входит раздел «партерная гимнастика», которая исполняется на полу в разных положениях. Исполнение движений на ковриках, необходимых для формирования осанки, для укрепления мышц спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие стопы, шага. Упражнения, корректирующие физические недостатки. Акробатические элементы:

Сидя на полу (ноги вытянуты вперед):

Поочередный подъем вытянутой ноги с бедром вверх;

Вытягивание и сгибание носочков;

Наклоны вперед к вытянутым ногам «складочка»;

Разворот бедер с согнутыми коленями;

Наклоны к согнутым и разведенным в сторону ногам «бабочка»;

«Велосипед».

Лежа на спине (для мышц живота):

Поднимания головы и плеч вверх;

Сгибание ноги навстречу к голове с отрывом плеч от пола;

Поднимание всего туловища с руками вверх;

Стойка на лопатках («березка»);

«Мостик»;

«Ножницы»;

Упражнения лежа на боку:

Поднимание натянутой ноги вверх;

Поднимание двух натянутых ног вверх;

Разворот колена в пол и вверх.

Упражнения стоя на коленях:

Приседания в сторону на пол;

Наклоны и прогибания туловища назад;

Поднимание натянутой ноги вверх – назад;

Прогибание поясницы вверх – вниз «киска».

Упражнения лежа на животе:

Прогибание корпуса назад («кольцо»);

Махи натянутых ног поочередно и одновременно вверх;

«Уточка» (с вытянутыми руками и ногами);

«Лотос» (взявшись руками за ноги, и поднявшись на животе);

«Лягушка»; «самолётик».

Шпагат поперечный и продольный.

IV. В основной части занятия выполняется классический экзерсис. Понятие «классический танец», определенный вид хореографической пластики, система движений, призванная сделать тело дисциплинированным и подвижным. Понятие опорной и работающей ноги. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Позиции ног: I, II, IV, V. Искусство танцевального поклона: поклон как приветствие и как прощание, благодарность.

V. Экзерсис у станка:

Demi-plie и grand-plie

Battement-tendus

Battement jete

Rond de jambe par terre

Battement fondus

Battement frappes

Adajio relevent

Grand battement pique

Занятия на середине зала:

Разучивание I,II, III port de bras

Demi-plie по всем позициям

Battement-tendus из 1 позиции

Rond en dehor, en dedans

Relevelent в сторону

Прыжки: sote, eshappes

VI. Основные движения народного и современного эстрадного танца также могут быть включены в основную часть занятия. Понятие «народный и эстрадный танец», его виды и отличительные черты. Изучение положений рук в танце. Усвоение основных движений народного танца: гармошка, ковырялочка, притопы, моталочка, верёвочка, дробные выстукивания, ключ простой, двойной, треоли. Ходы народного и эстрадного танца: переменный шаг, припадание. Вращения и прыжки по диагонали и на середине.

VII. Музыкально-танцевальные игры. Игра – неотъемлемая часть культуры народа. Игры, развивающие ритмический слух, концентрацию внимания, артистичность, координацию. «Учитель танцев», «Кошки, мышки», «Затейник».

VIII.В постановочной части занятия также выполняется постановка развёрнутых танцевальных композиций на основе свободной пластики, лексики русского народного танца. Разъяснение понятий: «драматургия танца», «сюжет», «композиция». Постановка концертных номеров на основе лексики эстрадного

танца. На пятом году обучения идёт постановка развёрнутых танцевальных композиций: «В роще калина», «Нежность», «Африка», «Хип-хоп»

IX.В репетиционной части - Отработка движений танцевальных номеров. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце, правильное положение рук, головы и корпуса. Ориентирование на сценической площадке. Продолжительность основной части – 50 - 60 минут.

За один учебный год занятий разучивается от 1 до 3 новых номеров, повторяются 2—3 танца из прошлогоднего репертуара. Пока идет работа над новой постановкой, остальные, уже готовые, поддерживаются на концертном уровне, т. к. танцор может быстро потерять форму или растерять эмоциональные акценты. Воспитанники младшей группы выступают перед зрителями на сцене учреждения не менее трёх раз в текущем учебном году, а средней и старшей группы — постоянно участвуют в мероприятиях учреждения, города, области, а также не менее одного раза в пять лет — в фестивалях-конкурсах российского и международного значения.

Открытое занятие для родителей, педагогов, ансамбля, демонстрация успехов проводятся 2 раза в год: в ноябре и апреле. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий, пожелания каждому индивидуально.

Промежуточная аттестация проводится в виде отчётного концерта в форме зачёта.

1-й год обучения

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2. Разминка	6	1	5
3. Партерная гимнастика	39	4	35
4. Ритмика	16	1	15
5. Основы народного танца	8	1	7

6. Музыкально-танцевальные игры	15	1	14
7. Постановочная работа	20	1	19
8.Репетиционная работа	36	2	34
9. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	144	12	132

2-й год обучения

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2.Разминка	8	1	7
3. Партерная гимнастик	32	6	26
4. Классический экзерсис	31	6	25
5. Основы народного и эстрадного танца	14	2	12
6. Музыкально-танцевальные игры	10	1	9
7. Постановочная работа	14	4	10
8. Репетиционная работа	31	5	26
9. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	144	26	118

3-й год обучения

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2.Разминка	6	1	5
3. Партерная гимнастика	25	3	22
4. Классический экзерсис	25	3	22
5. Основы эстрадного и народного танца. Вращения, прыжки.	25	4	21
6. Постановочная работа	20	3	17
7. Репетиционная работа	39	3	36
8. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	144	18	126

4-й год обучения

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2.Разминка	8	1	7
3. Партерная гимнастика	24	3	21
4 Классический экзерсис	32	4	28

5. Основы эстрадного и народного танца. Вращения, прыжки.	31	3	28
6. Постановочная работа	14	4	10
7. Репетиционная работа	31	4	28
8. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	144	20	124

5-й год обучения

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2. Разминка	21	1	20
3. Партерная гимнастика	42	5	37
4. Классический экзерсис	47	7	40
5. Основы эстрадного и народного танца. Вращения, прыжки.	42	5	37
6. Постановочная работа	18	5	13
7. Репетиционная работа	42	6	36
8. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	216	30	186

Творческая группа (6 часа в неделю)

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	1	1
2. Разминка	20	1	21
3. Партерная гимнастика	32	3	29
4. Классический экзерсис	38	4	34

6. Основы эстрадного и народного танца. Вращения, прыжки.	36	4	32
6. Постановочная работа	40	4	36
7. Репетиционная работа	46	4	42
8. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	216	21	195

Творческая группа (4 часа в неделю)

Наименование темы	Часы		
	Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие	2	-	1
2. Разминка	8	1	7
3. Партерная гимнастика	20	2	18
4. Классический экзерсис	26	2	24
5. Основы эстрадного и народного танца. Вращения, прыжки.	22	2	20
6. Постановочная работа	32	4	28
7. Репетиционная работа , участие в концертной деятельности	36	4	32
8. Промежуточная аттестация. Открытое занятие	2		2
Итого:	144	15	129

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Промежуточная аттестация в проводится согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центра внешкольной работы» 1 раз в течение учебного года с 10 по 30 мая.

Аттестация учащихся проводится в форме зачёта в виде отчетного концерта объединения. Она предусматривает теоретическую и практическую подготовку учащихся в соответствии с требованиями дополнительной общеразвивающей программы. Результаты промежуточной аттестации заносятся в журнал учета рабочего времени педагога дополнительного образования.

Также программой предусмотрено проведение текущего контроля успеваемости учащихся не реже 1 раза в полугодие, по определенным разделам программы. В каждом разделе для каждого года обучения подбирается оптимальный способ отслеживания результатов: опросы, просмотры, участие в городских концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в течение учебного периода с фиксацией достижений учащихся в журнале учета рабочего времени педагога дополнительного образования заносятся.

Усвоение программы по современному танцу должно опираться на дифференцированный подход к детям, внутреннему и внешнему состоянию группы, т.к. многое зависит от физических данных учащихся, от степени и способности к восприятию предлагаемого материала.

Наблюдение педагога (целенаправленное и систематическое) оценивает

- быстрота и прочность усвоения детьми того или иного материала;
- сложность или легкость восприятия ими комбинаций движений, преодоление силовых и темповых нагрузок;
- понимание поставленных заданий;
- восприятие музыки, отвечающей или не отвечающей их интересам;
- воспитание чувства ансамбля и создание сценического образа.

Рассчитано на:

- непосредственное получение информации через органы чувств;
- систематическое восприятие учащихся, с целью изучения их особенностей поведения и деятельности;
- отыскание смысла проявлений личности;
- изучения специфических изменений в условиях развития коллектива.

Тип наблюдения	сторонний
По частоте применения	постоянный
По объему	сплошное и выборочное, охватывающие общую картину поведения ребенка, либо какую-то одну его сторону, которую определяет заранее педагог
По способу получения данных	прямое (непосредственное), косвенное (опосредованное)

Педагогические задачи:

- анализ деятельности (организация учебного процесса в детском объединении);
- изучение качеств личности и особенностей развития учащихся;
- выявление динамики изменений, как физических, так и личностных особенностей учащихся.

Оценка физических и личностных качеств обучающихся

Прямыми критериями оценки результатов обучения акробатике и гимнастике являются:

- контрольные занятия в течение учебного года;
- открытые занятия для родителей;
- успешная постановочная работа;

- концертная деятельность,
- танцевальные конкурсы,
- фестивали современной хореографии разного уровня, участвуя в которых, дети исполняют танцевальные композиции.

Косвенными критериями являются:

- воспитание физически и нравственно здоровых личностей, потенциального будущего России;
- формирование стабильного коллектива и благоприятного психологического климата в нём;
- заинтересованность учащихся в выбранном виде творческой деятельности.

Формы и методы оценки результатов первого года обучения.

1. Тест по пройденному материалу (индивидуально, время выполнения – 15 минут)

1. Что такое танец:

- а) это – вид народного творчества
- б) это – выразительные движения человеческого тела
- в) это – основной язык балета

2. Как с греческого переводится «хореография»:

- а) писать танец
- б) последовательное выполнение движений
- в) выразительность

3. Назовите все виды танца:

- а) классический, народный
- б) классический, историко-бытовой
- в) классический, народный, историко-бытовой

4. Что выражает народный танец:

- а) красоту каждого народа
- б) стиль и манеру исполнения каждого народа
- в) манеру каждого народа

5. Назовите движения партерной гимнастики:

- а) сидя: «носочки», «складочка», «бабочка», «петрушка», «шпагат»
- б) лёжа на спине: «велосипед», «берёзка», «мостик», «дощечка»
- в) стоя и сидя на коленях: «солдатык», «колосок», «стрельба из лука», «кошка»
- г) лёжа на животе: «самолётик», «уточка», «плавание», «кольцо», «корзиночка», «лягушка»

6. Практическое занятие. Составить и показать под музыку танцевальный этюд с использованием изученных танцевальных элементов. Дать ему название, обозначить основную идею. Может выполняться группой по 2-3

человека. Готовится заранее, оговаривается тема и музыкальное сопровождение. Тематика этюдов: «Хрюшечки», «Часики», «Осенний листопад», «Магазин игрушек», «Зоопарк», «Зимние забавы», «Модницы», инсценировка любой детской песни.

Критерии оценки промежуточной аттестации учащихся первого года обучения

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Тест	Выполнены все задания без ошибок	Выполнены без ошибок не менее (3)5 заданий	Выполнены без ошибок менее (3)5 заданий
Музыкально-танцевальный этюд: учитывается знание ритмических упражнений, выразительность движения	Двигается ритмично, учитывая характер музыки. Имеет высокие навыки выразительного движения, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.	Двигается ритмично. Правильно исполняет ритмические движения, элементы игровой хореографии.	Не чувствует ритм и характер музыки. Не знает танцевальной терминологии. Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении ритмических упражнений

Формы и методы оценки результатов второго года обучения.

Контрольные вопросы:

1. Preparation (препарасьён) это:

- а) поклон
- б) подготовительное упражнение перед движением
- в) подъем на полупальцы

2. Сколько позиций рук в классическом танце:

- а) 3
- б) 4
- в) 6

3. К какому танцу относятся эти движения «переменный шаг», «припадание»:

- а) народный танец
- б) современный танец
- в) классический танец

4. К каким видам танца относятся эти движения demiplie (дэми плие), releve (рэливэ), battement tendu (батман тандю):

- а) классический танец
- б) народный танец

в) современный

г) историко-бытовой танец

5. К какому виду танца относится «Хоровод»:

а) классический танец

б) историко-бытовой танец

в) народный танец

6. Как называется женский поклон в историко-бытовом танце:

а) реверанс

б) preparation (препрасьён)

в) тур

7. Что такое танец:

а) это – вид народного творчества

б) это – выразительные движения человеческого тела

в) это – основной язык балета

8. Какие бывают шпагаты:

а) поперечный

б) продольный

в) поперечный, продольный

9. Назовите движения партерной гимнастики:

а) сидя: «носочки», «складочка», «бабочка», «петрушка», «шпагат»

б) лёжа на спине: «велосипед», «берёзка», «мостик», «дощечка»

в) стоя и сидя на коленях: «солдатик», «колосок», «стрельба из лука», «кошка»

г) лёжа на животе: «самолётик», «уточка», «плавание», «кольцо», «корзиночка», «лягушка»

10. Назовите основные танцевальные движения:

а) на середине: гармошка, припадание, ковырялочка, моталочка, подскоки, перескоки, приставной шаг, танцевальный бег, переменный бег

б) в продвижении по кругу и по диагонали: танцевальный шаг, шаг на полупальцах, переменный шаг с носочка, переменный шаг с каблочки, подскоки, па польки, перескоки, танцевальный бег, вращения- шенэ, с подскоками, бегунок, колесо

11. Практическое занятие. Составить и показать под музыку танцевальный этюд с использованием изученных танцевальных движений и элементов ритмики, классического танца, историко-бытового танца, обозначить основную идею. Может выполняться группой по 2-3 человека. Готовится заранее, оговаривается тема и музыкальное сопровождение. Тематика этюдов: полька, кадрили, танцы с предметами, музыкальная детская игра.

Критерии оценки второго года обучения

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Тест	Выполнены все задания без ошибок	Выполнены без ошибок не менее (5)8 заданий	Выполнены без ошибок менее (5)8

			заданий
Музыкально-танцевальный этюд: учитывается знание танцевальной терминологии; упражнений классического экзерсиса; выразитель	Двигается ритмично, учитывая характер музыки; легко определяет музыкальный размер. Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке. Имеет высокие навыки выразительного движения, партерной гимнастики, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.	Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера. Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке. Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного гимнастики, элементы игровой хореографии.	Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере. Не знает танцевальной терминологии. Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерной гимнастики.

Формы и методы оценки результатов третьего года обучения.

Контрольный тест:

1. Расставь правильно буквы к переводу этих движений:

- а) petitbattement (пти батман) тающее, текучее движение
- б) battement fondu (батман фондю) ударяющий батман
- в) battementfroppe (батман фроппе) маленький батман, на уровне щиколотки

2. Tempslieparterrэто:

- а) комбинация из целой серии слитных, взаимосвязанных движений
- б) медленное прохождение рук через основные позиции
- в) круг ногой по полу

3. Pasassamble это:

- а) виртуозный прыжок
- б) скользящий прыжок
- в) собранный прыжок

4. Подчеркнуть, что здесь лишнее:

- а) испанский танец
- б) вальс
- в) цыганский танец

5. Назовите вращение по диагонали (подчеркнуть правильный ответ):

- а) «блинчики»
- б) шене
- в) обертас
- г) бегунок
- д) подскоки
- е) колесо

6. Назовите основные движения народного танца:

- а) на середине: гармошка, припадание, ковырялочка, моталочка, удары, ключ, подскоки, перескоки, приставной шаг, танцевальный бег, переменный бег

б) в продвижении по кругу и по диагонали: танцевальный шаг, шаг на полупальцах, переменный шаг с носочка, переменный шаг с каблучка, подскоки, па польки, перескоки, танцевальный бег, бегунок.

7. Streh это:

- а) растяжка
- б) выпад
- в) наклон

8. Координация это:

- а) согласованность работы рук, ног, головы, корпуса
- б) подготовительное упражнение
- в) одновременная работа рук и ног

9. Что такое танец:

- а) это – вид народного творчества
- б) это – выразительные движения человеческого тела
- в) это – основной язык балета

10. Практическое занятие. Составить и показать под музыку танцевальную комбинацию с использованием изученных танцевальных движений, шагов, элементов и комбинаций, ритмических элементов, обозначить основную идею. Может выполняться группой по 2-3 человека. Готовится заранее, оговаривается тема и музыкальное сопровождение. Тематика этюдов: танцы «Прочес», «Восьмерки», «Шалунишки», «Скакалка», «Зимуша-зима»

Критерии оценки третьего года обучения

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Тест	Выполнены все задания без ошибок	Выполнены без ошибок не менее (6)10 заданий	Выполнены без ошибок менее (6)10 заданий
Музыкально-танцевальный этюд: учитывается знание танцевальной терминологии; упражнений классического экзерсиса; выразитель	Двигается ритмично, учитывая характер музыки; легко определяет музыкальный размер. Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке. Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.	Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера. Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке. Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного экзерсиса, элементы игровой хореографии.	Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере. Не знает танцевальной терминологии. Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерного экзерсиса.

Формы и методы оценки результатов четвертого года обучения

Учащиеся четвертого года обучения в ходе промежуточной аттестации отвечают на поставленные вопросы по истории хореографии, на знание хореографических терминов из тестов 2 и 3 года обучения.

2. Учащиеся выполняют постановочную работу по заданной теме:

- составление комбинации в классическом стиле,
- составление комбинации в народном стиле,
- составление танцевальной связки в современном стиле,
- танцевальная импровизация на заданную тему.

Работа может быть выполнена группой учащихся из 3-5-7 человек.

Заранее оговаривается тема, музыкальное сопровождение, время выполнения.

Критерии оценки четвертого года обучения

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Тест	Знает основные термины. Легко отвечает на поставленные вопросы	Знает основные термины, но отвечает не уверенно, путает. Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке	Поверхностно владеет информацией. Не знает танцевальной терминологии
Постановочная работа	Выполняет комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств. Умеет соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений. Умеет осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения.	Обязательное наличие 2 критериев из 3 представленных	Обязательное наличие 1 критерия из 3 представленных.

Формы и методы оценки результатов пятого года обучения

Учащиеся пятого года обучения в ходе промежуточной аттестации отвечают на поставленные вопросы по истории хореографии, на знание хореографических терминов из тестов 2 и 3 года обучения.

2. Учащиеся выполняют постановочную работу по заданной теме:

- составление комбинации в классическом стиле,
- составление комбинации в народном стиле,
- составление танцевальной связки в современном стиле,
- танцевальная импровизация на заданную тему.

Работа может быть выполнена группой учащихся из 3-5-7 человек.

Заранее оговаривается тема, музыкальное сопровождение, время выполнения.

Критерии пятого года обучения

Параметры	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Тест	Знает основные термины. Легко отвечает на поставленные вопросы	Знает основные термины, но отвечает не уверенно, путает. Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке	Поверхностно владеет информацией. Не знает танцевальной терминологии
Постановочная работа	Выполняет комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических . качеств. Умеет соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений. Умеет осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения.	Обязательное наличие 2 критериев из 3 представленных	Обязательное наличие 1 критерия из 3 представленных.

В процессе работы над программой также проводится мониторинг уровня результативности усвоения детьми знаний, умений, навыков. С этой целью на 1-ый, 2-ой, 3-ий, 4-ый и 5-ый год обучения 3 раза в год (в сентябре, декабре, мае) проводится диагностика знаний, умений, навыков по Единой шкале образовательных результатов обучающихся. (Приложение №1). Данные обследования заносятся в таблицу:

Результативность учебного процесса ... - ... год обучения

Объединение « _____ »

Педагог дополнительного образования: _____

№	ФИО обучающ.	Сентябрь				Январь					Апрель			
		Спец.	Творсек	Культура	Здоровье	Спец.	Творсек	Культура	Здоровье	Спец.	Творсек	Культура	Здоровье	

*** Параметры измерения:**

- высокий (5);
- выше среднего (4);
- средний (3);
- ниже среднего (2);
- низкий (1)

Критерии результативности заполняется педагогами на каждую учебную группу в начале, в середине и в конце учебного года. В конце года педагог проводит самоанализ своей работы по учебному процессу.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для оценки результативности образовательного процесса используются

Творческие задания по «Хореография»:

1. *Ходьба в разном характере:*

- марш

–начинать и заканчивать ходьбу с началом и окончанием музыки;

- спокойная ходьба «погуляем»

-ходить врассыпную по одному, парами, колонной, по кругу, проходить в

воротца;

- ходьба на полупальцах

–движения по кругу;

• движения по кругу, в линиях, в колонне, движения «змейка».

2. *Танцевально-образные движения «Звероритмика»: движения, имитирующие повадки зверей, птиц: «кошка», «змея», «цапля», «дерево и ветер», «мартышка».*

3. *Партерная гимнастика*

–выполнение упражнений «Буратино», «солнышко», «складочка», «бабочка», «лодочка», «рыбка», «русалочка», «дощечка», «лягушка», «жуки», «кошка и собака».

4. *Танцевально-образная импровизация:*

•выразить образное представление в движениях, связанных с образом журавля, лисы, кошки, мышки, слона;

•изобразить неодушевлённые предметы и явления –волны, цветы, косим траву, самолет лети

- выразить в пантомимических этюдах мыльные пузыри, забивание гвоздя, подметание пола, мытьё посуды, стирка белья.

5. *Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры: «Улица», «Волшебники», «Танцевальная шляпа», «Учитель танцев», «Затейник».*

6. *Танцевальные этюды:*

•исполнить этюды на тему школы (уроки, перемена) или детский сад;
•исполнить этюды на тему «Времена года»,
•работа с воображаемыми предметам и –этюды «маски», «стоп-кадр», «пешеходы», «муравьи».

7. *Импровизация: игры*

-превращения «проснувшийся котенок», «осенние листья», «воздушные шары», «авиаторы».

Вопросы по теме «История хореографического искусства»:

•зарождение танца,
•движение как источник чувств, силы, красоты;
•социальный танец,
•танец и музыка,

•русский народный танец.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации программы используются следующие методы:

1. Методы обучения: словесный, наглядный, систематизации, работа под руководством педагога, самостоятельная работа, рефлексия, работа над ошибками.

2. Методы воспитания и развития: игротехники, творческие задания, диалогическая беседа, работа с родителями.

Личные качества ребёнка формируются в активной деятельности, которая является ведущей на каждом возрастном этапе. В дошкольном возрасте такой деятельностью является игра.

Основным средством тренировки являются танцевальные движения, способствующие созданию базы разносторонней физической и функциональной подготовленности, развитие гибкости, координации, выносливости.

Учебно-тренировочный процесс основан на применении принципов наглядности, доступности, сознательности и активности.

Применяемые в учебно-тренировочном процессе упражнения: упражнения, выполняемые под ритмическую музыку в различных исходных положениях (сидя, лежа, стоя); на месте и в движении, с партнером и с предметами.

В учебно-тренировочном процессе широко используется слово – живая речь педагога. Обучение начинается с объяснения и показа упражнений (показ фронтальный). Применяется повторный и интервальный метод, а также лицом – спиной, целостный и расчленённый методы показа.

Процесс обучения детей в хореографическом коллективе основывается на следующих принципах: активности, единства теории и практики, наглядности, доступности, систематичности занятий, прочности усвоения знаний и индивидуального подхода.

Данная программа сочетает в себе тренировочные упражнения на полу, упражнения на растяжку, танцевальные движения классического, народного и

современного сценического танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Некоторые простейшие теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

Танцевальная импровизация под музыку в данной программе не является основным методом работы, но необходима для гармоничного развития. Задания даются в качестве отдыха на занятии. В них включены темы, связанные с явлениями природы, поведением животных, сказочные сюжеты, игры, а также темы, близкие детскому воображению. Сюжетно-ролевые и музыкальные игры развивают творческую фантазию и творческую активность у детей.

Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллективов ансамбля устанавливаются дружественные, товарищеские отношения, каждый участник ансамбля несет ответственность за каждого члена своего коллектива.

Роль музыкального сопровождения на уроках хореографии очень важна. Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы упражнения на уроках хореографии. Грамотно подобранный музыкальный материал способствует развитию музыкального слуха, чувства ритма, воображения и музыкального слуха ребенка.

Репертуар и регламент занятости воспитанников в концертных номерах для репетиций формируется в соответствии с возрастными особенностями занимающихся, их исполнительским уровнем, балетмейстерскими задачами танцевальных композиций, а также репертуарной политикой коллектива и социальным заказом.

Деятельность детского хореографического коллектива невозможна без помощи родителей. Родители в первую очередь должны быть единомышленниками своего ребёнка и коллектива, где он занимается. Для этого проводятся совместные собрания родителей с детьми, вместе обсуждается план работы. Между родителями распределяются обязанности по организации помощи в проведении

репетиций, концертов и других мероприятий. На добровольных началах многие родители оказывают помощь в разработке и пошиве костюмов, ремонте и уборке помещений, обеспечении транспортом и многом другом. Иными словами, помощь родителей – неотъемлемая часть успеха всего коллектива.

Если у содружества воспитанники—педагоги—родители получается воплотить все вышеперечисленное, то и в деятельности объединения наблюдается стабильность, у ребят — заинтересованность в занятиях, репертуар ежегодно обновляется во всех возрастных группах на 20—30 %, сохраняется принцип преемственности (переход из младшей группы ансамбля в среднюю, затем — в старшую).

Педагогические технологии

Основные принципы, подходы к занятиям. В начале каждой четверти необходимо выделить время для повторения и закрепления изученного в прошлом учебном году или предыдущей четверти. Изучение нового материала рекомендуется распределить так, чтобы в четвертой четверти осталось время для повторения и закрепления программы, освоенной за год, и подготовки контрольного занятия или экзамена. На каждом занятии необходимо закреплять изученный материал предыдущего, включая новые движения в уже имеющиеся комбинации (по принципу нанизывания бусинок на нить).

Темп занятия. Оптимальный темп занятия — это один из самых важных факторов усвоения воспитанниками программы.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для подготовки детей к обучению по данной программе необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Танцевальный зал, с хорошим освещением и новыми окнами ПВХ. Занятия должны проводиться в помещении с хорошим освещением, вентиляцией. Пол деревянный (из лиственницы). Зал оборудован станками, зеркалами, фортепиано, стол для педагога, банкетки для зрителей.

2. Актный зал.

3. Для каждого концертного номера имеются сценические костюмы и

специальная обувь.

4.Костюмерные комнаты для хранения сценических костюмов, реквизита, обуви.

5.У каждого воспитанника имеется комплект формы для занятий.

6.Музыкальный центр для проведения репетиций.

7. Аудиотека (usb).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Рекомендуемая и используемая литература для педагога

Официально-документальные материалы:

1. Федеральный закон от 29.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 июля 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
6. Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).
7. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

9. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
10. Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Книги:

1. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.-П.: изд. 6-е, 2000.
2. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. Москва. «Искусство». 1989
3. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Учебно – методическое пособие. Челябинск, 2012
4. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе. Челябинск, 2013
5. Ги Дени, Люк Дассвиль Все танцы. К. «Музична Украина» 1987
6. Команда нашего двора. Изд. ООО «Педагогические технологии», Н.Н. 2006
7. Л.Бондаренко Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях.К. «Музична Украина», 1985

8. В.М.Стриганов и В.И.Уральская. Современный бальный танец. М. «Просвещение», 1978.
9. Н.Шереметьевская Танец на эстраде М. «Искусство» 1985

Литература для детей и родителей:

1. Л.Жданов. Вступление в балет. М. «Планета» 1986.
2. Фотоальбом «Дорога к танцу». М. «Планета» 1989
3. А.Чижова. Фотоальбом «Берёзка»

СЛОВАРЬ ФРАНЦУЗСКИХ ТЕРМИНОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА (в сокращении)

- Adagio** (адажио) — медленно; медленная часть танца. На занятии классического танца у станка и на середине — танцевальная композиция, состоящая из плавных движений, устойчивых поз, поворотов, вращений. В adagio вырабатывается устойчивость, координация, сила и гармония движений. В балете — одна из форм танца (в основном дуэта), где используются поддержки балерины партнером при исполнении медленных движений, поз, виртуозных вращений, подъемов.
- Allegro** (аллегро) — быстро; на занятии классического танца — это заключительная часть упражнений на середине, состоящих из прыжковых движений.
- Assemble (ассамбле)** — от глагола соединять, собирать; прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с двух ног на две ноги.
- Attitude (аттитюд)** — поза, положение тела; одна из основных поз классического танца — поднятая вверх нога полусогнута. В русской школе классического танца существуют две формы аттитюда — круазе и эфасе.
- En dedans (ан дэдан)** — внутрь, в круг, Направление вращений в пируэтах, турах. Направление движения работающей ноги, описывающей дугу назад — в сторону — вперед, т. е. вовнутрь, к опорной ноге.
- En dehors (ан дээр)** — наружу, из круга. Развернутое положение ног, принятое в системе классического танца, при котором ноги повернуты носками наружу. Направление движения работающей ноги. Начинающей описывать дугу вперед — в сторону — назад, т. е. наружу от опорной ноги. Направление вращения в пируэтах, турах и других движениях от опорной ноги к работающей ноге.
- Balance (балансе)** — от глагола качать, покачиваться; покачивающееся движение, состоящее из переступаний с ноги на ногу, чаще из стороны в сторону, реже — вперед и назад.
- Battement (батман)** — размах, биение. Группа движений классического танца, часть ежедневного экзерсиса, вырабатывающая выворотность, силу, резкость и эластичность мышц, подвижность суставов. Батманы разделяются на 3 группы.
- Battement developpe (батман девлеппе)** — раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90° в нужное направление. Developpe — от глагола раскрыть.
- Battement fondu (батман фондю)** — мягкое, плавное, «тающее» движение. Fondu — от глагола «таять».
- Battement frappe (батман фраппе)** — движение с ударом, или ударное движение. Frappe — от глагола «бить».
- Battement soutenu (батман сутеню)** — от глагола «выдерживать, поддерживать» — движение с подтягиванием ног в пятую позицию, непрерывное движение.
- Battement tendu (батман тандю)** — отведение и приведение вытянутой ноги,

скольжение ноги носком в пол.

Grand (гран) — большой; максимальная глубина приседания, высота прыжка, высота подъема ноги.

Demi-plie (деми плие) — маленькое приседание не отрывая пяток от пола,

Jete (жете) — бросок ноги на месте или в прыжке. Термин обозначает резкий характер исполнения батманов и других движений.

Coupe (купе) — подбивание; отрывистое движение, короткий толчок.

Croisee (круазе) — от глагола скрещивать; поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

Pas ballonnec (па балоне) — от глагола «раздувать, раздуваться» — в танце характерно продвижение в момент прыжка в различные направления и позы, а также сильно вытянутые в воздухе ноги до момента приземления и сгиба одной ноги на *sur le sou-de-pied*.

Pas de basque (па де баск) — шаг басков; для этого движения характерен счет 5 или 6/8 (трехдольный размер), прыжок с ноги на ногу, при котором работающая нога проводится через *demi rond de jambe* с последующим переступанием с ноги на ногу.

Pas de bourree (па де бурре) — чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.

Pas chasse (па шассе) — от глагола «гнать, подгонять» — партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

Pas de chat (па дэ ша) — кошачий шаг; этот прыжок по своему характеру напоминает мягкое движение кошачьего прыжка, что подчеркивает изгибом корпуса и мягким движением рук. *Le chat* — кошка.

Pas couru (па курю) — пробежка по шестой позиции, легкий сценический бег.

Pas emboite (па амбуате) — от глагола «вкладывать, вставлять, укладывать» прыжок с одной ноги на другую, во время которого происходит смена ног в позе *attitude*.

Passe (пассе) — от глагола «проводить, проходить, ходить» — связующее движение или переведение ноги.

Petit battement (пти батман) — маленький батман, на щиколотке опорной ноги. *Petit* — маленький.

Pirouette (пируэт) — юла, вертушка; быстрое вращение на полу.

Plie (плие) — приседание.

Port de bras (пор де бра) — упражнение для рук, корпуса, головы.

Preparation (препарасьон) — приготовление, подготовка. Подготовительное движение.

Releve (релеве) — от глагола «приподнимать, возвышать» — подъем на пальцы или полупальцы.

Releve lent (релеве лян) — медленный подъем ноги на 90°.

Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер) — вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу. *Tegge* — земля.

Saute (соте) — прыжок на месте по позициям.

Sissonne (сиссон) — вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

Sissonne fermee (сиссон ферме) — закрытый прыжок. *Регтей* — от глагола

«закрывать».

Sissonne ouverte (сиссон уверт) — прыжок с открыванием ноги. **Ouverte** — открытый.

Sissonne simple (сиссон семпль) — простой прыжок с двух ног на одну. **Simple** — простой; простое движение.

Sur le cou-de-pied (сюр ле ку дэ пье) — положение одной ноги на щиколотке другой, опорной, ноги,

Temps leve (там леве) — временно поднимать.

Temps leve sautiie (там леве соте) — прыжок по первой, второй или пятой позиции или из пятой позиции на одну и ту же ногу.

Temps lie (там лие) — связанное во времени; связующие, плавно, слитное движение.

Tombe (томбе) — падать; употребляется для обозначения одной ИВ форм сиссона.

Fouette (фуэте) — от глагола «стегать, сечь» — вид танцевального попорота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается.

Changement de pieds (шанжман де пье) — прыжок с переменой ног в воздухе. **Changement** - смена.

Ecartee (экарте) — от глагола «отводить, раздвигать» — поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.

Echappe (эшаппе) — от глагола «вырываться» — прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.

Efacee (эфасе) — развернутое положение корпуса и ног.

Epaulement (эпольман) — плечо; поза классического танца, образующаяся из отчетливого поворота головы к выдвинутому вперед или назад плечу.