

Л.Г.Шеве
лева

Подписан: Л.Г.Шевелева
DN: C=RU, OU=учреждение, O=МАОУ СОШ
№132, CN=Л.Г.Шевелева, E=soch132@eduekb.ru
Основание: директор МАОУ СОШ №132
Местоположение: 620010 г.Екатеринбург, ул.
Бородина, д.1.
Дата: 2021.01.19 16:58:48+05'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 132

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
28.08.2021



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №132
Л.Г.Шевелева
27.09.2021
Приказ № 424

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДЖЕМ»

Физкультурно-спортивной направленности
Возраст обучающихся 11-16 лет
Срок реализации 1 год

Автор-составитель:
Габитова Ирина Сергеевна
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2020

Содержание	Страница
1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3-14
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель, задачи программы	4
1.3. Содержание программы	5
1.4. Планируемые результаты	6
1.5. Комплекс основных характеристик программы	7
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	14-29
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Условия реализации программы	15
2.3. Формы аттестации	15
2.4. Оценочные материалы	15
2.5. Методическое обеспечение	26
2.6. Список литературы	29
<p>Приложения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила поведения и техника безопасности в танцевальном зале. 2. Описание упражнений Стретчинг 3. Описание упражнений экзерсиса у станка, на середине зала <p>в классическом характере</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Описание позиций ног и рук в классическом танце 5. Календарный учебный график 	

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа МАОУ СОШ №132 «Джем» физкультурно-спортивной направленности. Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- «Концепция развития дополнительного образования детей» (утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).
- Письмо Министерства образования и науки от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

Программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальное творчество» Новоселовой Натальи Владимировны, педагога дополнительного образования ДЮШ «Прометей»

Актуальность программы заключается в следующем:

- формирование позитивного гармоничного отношения к жизни, осознание себя в этой жизни, способность широкого взгляда на явления, ситуации современности, умения их анализировать, выделять определенную информацию, находить ответы на свои вопросы
 - возможность ребенку проявить свои способности, самовыразится;
 - учет индивидуальных психофизиологических особенностей ребенка;
 - педагогический процесс строится с учетом особенностей возрастных периодов развития ребенка, логичные переходы от одного этапа к другому.

Этот подход способствует личностному развитию обучающихся в процессе хореографической подготовки, даст возможность для формирования прочной основы духовной сферы подрастающей личности.

Деятельность по программе осуществляется по направлению детский эстрадный танец.

Отличительная особенность и новизна программы заключается в том, что курс в ней взят не на высокий уровень танца, а на обучающегося и сформированную в нем базу ценностей, посредством культуры танца. Расширен раздел самостоятельной работы обучающихся по сочинению хореографического материала: отдельных комбинаций, танцевальных этюдов, танцев, основанный на физических возможностях обучающегося. Физическое развитие позволит совершенствовать физиологические данные ребенка, так у ребенка появится понимание растущих возможностей его тела. Воздействие хореографии на эмоциональную сферу, позволит развить понимание природы жизни с ее ощущением красоты, добра, творчества, эстетики. Базой остается классический экзерсис у станка и на середине зале. Особое внимание в программе уделяется проектной деятельности так, как учащиеся самостоятельно выбирают направление современного танца, которое будут изучать. Результативность детей прослеживается через концертную, конкурсную деятельность.

Адресат программы: обучающиеся 11-16 лет.

Количество обучающихся: 75 человек, 6 групп.

Объем программы и срок обучения - год обучения – 74 часа.

Форма обучения – очная.

Уровень программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса. Образовательный процесс организуется в традиционной форме. В период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболеваемости населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности посредством приобщения к хореографическому искусству, овладения техникой танца.

Задачи:

Обучающие:

- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- научить определять нагрузку (выворотность ног, умения тянуть подъем, эластичности мышц ног, пластичности корпуса, рук, умений владеть корпусом);
- формировать навыки в области танцевальных движений;
- научить приёмам самостоятельной работы, самоконтроля (прямая осанка, эмоциональная отзывчивость при исполнении танцевального номера);
- сформировать теоретическую базу знаний в области хореографии;
- научить составлять индивидуальные танцевальные этюды, творческие номера, используя свою физическую подготовку

Развивающие:

- развивать мышечную силу ног, танцевального шага, высоты прыжка;
- развивать чувство ритма;
- развивать артистические, эмоциональные качества обучающегося;
- развивать творческое воображение и фантазию через средства музыкальной выразительности и нормы танцевального этикета;
- развивать интерес к самообразованию и самосовершенствованию;
- развивать коммуникативные компетенции: навыки работы в группе, коллективе, навыки овладения различными социальными ролями, навыки активной позиции в коллективе;

Воспитательные:

- воспитывать потребности и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- воспитывать у обучающегося навыки сценической культуры;
- воспитывать навыки культуры гигиены;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- способствовать удовлетворению досуговых потребностей обучающихся и стремлению к содержательной организации свободного времени.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов	Форма аттестации
1.	Раздел 1. «Экзерсис»	20ч	Выступление на концертах
2.	Раздел 2 «Середина зала»	23 ч	Выступление на концертах
3.	Раздел 3 «Постановочная деятельность»	31ч	Отчетный концерт
	Итого	74 ч	

Содержание программы

Содержание программы состоит из трёх разделов:

Раздел 1. «**Экзерсис**» содержит темы, направленные на знание терминологической базы в классике, знании основных упражнений, направленных на развитие технических навыков.

Раздел 2 «**Середина зала**» содержит темы, направленные на развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей обучающихся на основе приобретенного ими комплекса учебно-познавательных компетенций, необходимых для исполнения детского эстрадного танца. Увеличивается количество и сложность упражнений у станка, танцевальных элементов на середине зала, организовывается самостоятельная деятельность в сочинении танцевальных этюдов, дети участвуют в концертной деятельности

Раздел 3 «**Постановочная деятельность**» включает темы на развитие чувства ритма, развитие технических навыков в танце, выразительность в танце, умение самостоятельно придумывать танцевальные композиции, выражающие образ через сценические движения; в раздел входят творческие мастерские.

1.4. Планируемые результаты

Личностные:

- сформированность внутренней позиции учащегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении учащегося к образовательному учреждению через интерес к танцевальным занятиям.
- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, танцевальной деятельности
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные:

регулятивные

- Способность учащегося понимать и принимать учебную цель и задачи, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
 - накопление представлений о ритме, средствах выразительности в хореографии; синхронном движении в танце;
 - наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства
- #### *познавательные*
- Навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;
 - соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
 - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
 - начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

коммуникативные

- Умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

- качественное исполнение материала партерной гимнастики, стретчинга;
- выразительное исполнение танцевальных комбинаций, этюдов, танцев;
- овладение навыков в синхронном движении при исполнении массового танца, умений равнять рисунки танца.

1.5.Комплекс основных характеристик программы

Учебно-тематический план

№	Названия разделов и тем	Кол-во час			Форма проведения	Форма аттестации, контроля
		Всего	Практика	Теория		
1.	Раздел 1. «Экзерсис»					
		20	17	3		
1.1.	Роль экзерсиса для танцора	1	-	1	Групповая	Открытое занятие
1.2	Терминология в классике	1	-	1	Групповая Фронтальная	Открытое

						занятие
1.3	Упражнения экзерсиса Battement frappe	1	1	-	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.4	Rond de jambe par terre	1	0,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.5	Rond de jambe en l'air Battement fondu	1	0,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.6	Grand battement jete	1	0,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.7	Battement fondu	1	0,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.8	Battement developpes	2	1,7	0,3	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.9	Развитие технических навыков в упражнениях станка	9	8,6	0,4	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
1.10	Прыжки классические. Soute	2	1,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
2.	Раздел 2 «Середина зала»					
		23	22	1		
2.1	Движение по диагонали:	5	4,9	0,1	Групповая	
2.2	Махи	5	4,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
2.3	Грыжок- jete	3	2,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие

2.4	Комбинации на середине зала	5	4,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
2.5	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	5	4,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.	Раздел «Постановочная деятельность»					
		31	30	1		
3.1	Элементы детского танца	6	5,6	0,4	Групповая	Открытое занятие
3.2	Движения на развитие координации	4	3,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.3	Прыжковые комбинации	2	1,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.4	Комбинация прыжков и бега	2	1,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.5	Исполнение простых движений (подскоки, галоп)	2	1,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.6	Комбинация в паре	1	1,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.7	Работа с руками	1	0,9	0,1	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.8	Постановка детского танца	3	2,5	0,5	Групповая Фронтальная	Открытое занятие
3.9	Развитие технических навыков в танце.	3	2,8	0,2	Групповая Фронтальная	Открытое занятие

3.10	Выразительность в танце	3	2,9	0,1	Групповая Фронтальная	Откры тое заняти е
3.11	Творческие мастерские	2	1,8	0,2	Групповая Фронтальная	Откры тое заняти е
3.12	Обобщение материала в модуле «Детский танец»	2	1,9	0,1	Групповая Фронтальная	Откры тое заняти е
За год: 74 часа						

Содержание учебного плана

№	Практика	Теория
1	Раздел 1 «Экзерсис»	
1.1.	Роль экзерсиса для танцора	Беседа о значении упражнений у станка для техники танцора, истории возникновения классического экзерсиса. Просмотр видео
1.2	Терминология в классике	Термины экзерсиса ,их перед, употребление в речи на занятии
1.3	Упражнения экзерсиса Battement frappe	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. станка
1.4	Rond de jambe par terre	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. станка
1.5	Rond de jambe en l'air Battement fondu	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. Станка. Упражнения выполняются строго по правилам. Ноги предельно выворотны в тазобедренных, голеностопных суставах, натянуты, корпус подтянут Приложение 3
1.6	Grand battement jete	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. Станка. Упражнения выполняются строго по правилам. Ноги предельно выворотны в тазобедренных, голеностопных суставах, натянуты, корпус подтянут Приложение 3
1.7	Battement fondu	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. Станка. Упражнения выполняются строго по правилам. Ноги предельно выворотны в тазобедренных, голеностопных суставах, натянуты, корпус подтянут Приложение 3
1.8	Battement developpes	Проучивание упражнения лицом к станку ,одной рукой за станок. Станка. Упражнения выполняются строго по

		правилам. Ноги предельно выворотны в тазобедренных, голеностопных суставах, натянуты, корпус подтянут Приложение 3
1.9	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Систематическое выполнение упражнений станка Позволит повысить уровень танцевальной техники
1.10	Прыжки классические Soute	Очень важно «держать точку», это умение - одно из основополагающих успешного выполнения того или иного вращения. При исполнении вращений необходимо чётко контролировать своё тело, состояние всех мышц.
2.	Раздел 2 «Середина зала»	
2.1	Движение по диагонали: Tourchanes	Корпус всё время удерживается подтянуто и собранно. Важно, чтобы плечи и бёдра на всех стадиях выполнения вращения находились в одной плоскости, а центр тяжести тела – всегда точно на опорной ноге, или же равномерно распределён на двух ногах.
2.2	Махи	Выполняются как у станка, так и по диагонали. развивается танцевальный шаг.
2.3	Прыжок- jete	Упражнение вырабатывает мягкость и эластичность прыжка, устраняя малейшую его жесткость. Выворотные и натянутые в воздухе ноги (стопы и колени, собранные ягодицы (как в полёте, так и в приземлении) подтянутые мышцы спины, расправленные и опущенные плечи.
2.4	Комбинация на середине зала	Упражнения выполняются строго по правилам. Ноги предельно выворотны в тазобедренных, голеностопных суставах, натянуты, корпус подтянут. Упражнения вырабатывает мягкость и эластичность прыжка, устраняя малейшую его жесткость. Выворотные и натянутые в воздухе ноги (стопы и колени, собранные ягодицы (как в полёте, так и в приземлении) подтянутые мышцы спины, расправленные и опущенные плечи.
2.5	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Первый закон - не навреди сам себе. Растяжку и подготовку к началу занятий следует проводить очень осторожно, медленно, и ни в коем случае нельзя пренебрегать подготовительным этапом – это может привести к возникновению болезненных ощущений и даже травмам Растягивания в каждом направлении должны длиться от десяти до сорока секунд, ровно до тех пор, пока от напряжения в мышцах не останется и следа. Каждое упражнение должно выполняться с фиксацией в конечной точке, чтобы мышцы могли «запоминать» растянутое, свободное положение. Дыхание во время тренировок ни в коем случае нельзя сбивать – оно должно быть ровным, размеренным, начинаться с глубокого, полноценного вдоха и

		заканчиваться медленным, постепенным выдохом. Необходимо сконцентрироваться на той части
3	Раздел «Постановочная деятельность»	
3.1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.2	Движения на развитие координации	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.3	Прыжковые комбинации	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.4	Комбинация прыжков и бега	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.5	Исполнение простых движений (подскоки, галоп)	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.6	Комбинация в паре	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.7	Работа с руками	Соблюдение правил ровного корпуса, музыкальной раскладки движения. Каждое движение имеет «точку»
3.8	Постановка детского танца	Постановочная деятельность, требующая от всех участников процесса взаимодействия, внимательности, терпения.
3.9	Развитие технических навыков в танце.	Репетиционная деятельность, требующая от всех участников процесса взаимоуважения, взаимопонимания, терпеливой работы над ошибками
3.10	Выразительность в танце	Работа над выразительностью движений, рук, эмоционального характера исполнителей.
3.11	Творческие мастерские	Сочинение танцевальных этюдов, связок. Продумывание сюжетов для танцев. Работа в проектах
3.12	Обобщение материала	Краткий обзор изученного в модуле. Прогон.

Ожидаемые результаты освоения программы:

- ✓ обучающиеся знают правила работы у станка, порядок выполнения упражнений для оптимального разогрева мышц корпуса, ног;
- ✓ свободно пользуются терминологией экзерсиса, понимая перевод терминов;
- ✓ правила работы в коллективе в постановочной деятельности;
- ✓ обучающиеся качественно выполняют все ритмопластические упражнения в рамках модуля;
- ✓ обучающиеся выразительно, в необходимом характере, технически верно исполняют концертный номер;
- ✓ чётко выражать движением характер музыки, передавать настроение;

- ✓ выполнять элементы повышенной сложности.

Планируемые результаты реализации образовательной программы

Личностные:

- сформированность внутренней позиции учащегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении учащегося к образовательному учреждению через интерес к танцевальным занятиям.
- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, танцевальной деятельности
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные:

регулятивные

- Способность учащегося понимать и принимать учебную цель и задачи, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
 - накопление представлений о ритме, средствах выразительности в хореографии; синхронном движении в танце;
 - наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства
- #### *познавательные*
- Навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;
 - соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
 - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
 - начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

коммуникативные

- Умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

- качественное исполнение материала партерной гимнастики, стретчинга;
- выразительное исполнение танцевальных комбинаций, этюдов, танцев;
- овладение навыками в синхронном движении при исполнении массового танца, умений равнять рисунки танца.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Период обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения: 1 полугодие 2 полугодие	3 сентября 11 января	31 декабря 28 мая	17 20	35 39	2 раза в неделю по 1 часу

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Материальное: Минимально необходимый для реализации данной программы перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- танцевальный класс, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки зеркала на одной стене;
- наличие музыкального инструмента, компьютера, музыкальной технической аппаратуры, партерные коврики;
- раздевалки для обучающихся.
- танцевальный зал с зеркалами, деревянный настил пола, коврики для партерной гимнастики, маты спортивные.

Техническое обеспечение

Таблица 8

№	Средство обучения	Количество единиц на группу	Степень использования (в% от продолжительности программ)
1	Компьютер	1 шт	70% от продолжительности программы
2	Музыкальный центр	1 шт	70 % от продолжительности программы

Информационное обеспечение - аудиоматериалы.

2.3.Формы аттестации (контроля)

Формой аттестации являются

- открытые занятия (прогоны пройденного материала) в конце полугодий, куда приглашаются родители;
- концертная деятельность учащихся.

С 23 по 31 декабря 2020 года будет проходить промежуточная аттестация обучающихся; с 27 по 31 мая 2021 года - итоговая аттестация.

2.4. Оценочные материалы

В соответствии с целями и задачами программой предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований обучающихся. Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

- В таблицах мониторинга воспитанности и уровня обученности и личностного развития фиксируются требования, которые предъявляются к обучающимся в процессе освоения им дополнительной образовательной общеразвивающей программы (табл.1).

Оценка результатов выставляется по трехбальной шкале:

3 балла – высокий уровень

2 балла – средний уровень

1 балла – низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования балльной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров.

Проведенная диагностика позволяет увидеть и проанализировать динамику уровня воспитанности, обучения и личностного развития детей, занимающихся в творческом объединении, что позволяет в дальнейшем вносить корректировку в образовательную программу.

- Мониторинг уровня развития ключевых компетенций обучающихся дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Джем» (таблица 2)
- Уровень результатов обучения и личностного развития обучающихся (таблица 3)
- Диагностика воспитанности обучающихся (таблица 4)

Таблица 1

Мониторинг результатов воспитанности и уровня обученности обучающихся по дополнительной образовательной общеразвивающей программе «Джем»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики
<u>I. Теоретическая подготовка воспитанника:</u> 1.1 Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) 1.2 Владение специальной терминологией	Соответствия теоретических знаний ребенка программным требованиям	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой)	1	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос
		- <i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более 1/2)	2	
		- <i>максимальный уровень</i> (ребенок усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	3	
	<i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i>	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило избегает употреблять специальные термины)	1	
		- <i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой)	2	
		- <i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	3	
II. Практическая подготовка ребенка: 2.1. Практические умения и навыки,	<i>Соответствие практических</i>	- <i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков)	1	Контрольное задание
		- <i>средний уровень</i> (объем	2	

<p>предусмотренные программой (по основным разделам учебно – тематического плана программы)</p>	<p><i>умений и навыков программным требованиям</i></p>	<p>усвоенных умений и навыков составляет более 1/2) -Максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)</p>	3	<p>Контроль ое задание</p>
		<p>-Минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием)</p>	1	
		<p>-Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога)</p>	2	
<p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p>	<p><i>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</i></p>	<p>-Максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</p>	3	<p>Контроль ое задание</p>
		<p>-Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога)</p>	1	
		<p>-Репродуктивный уровень (Выполняет в основном задания на основе образца)</p>	2	
<p>2.3. Творческие навыки</p>	<p><i>Креативность в выполнении практических заданий</i></p>	<p>-Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)</p>	3	<p>Контроль ое задание</p>
		<p>-Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога)</p>	1	
		<p>-Репродуктивный уровень (Выполняет в основном задания на основе образца)</p>	2	

III. Обще учебные умения и навыки ребенка: 3.1. Учебно – интеллектуальные умения:	<i>Самостоятельность в подборе и анализе литературы</i>	<i>-Минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)</i>	1	Анализ
		<i>-Средний уровень (работа с литературой с помощью педагога и родителей)</i>	2	
		<i>- Максимальный уровень (Работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</i>	3	

**Мониторинг уровня развития ключевых компетенций обучающихся
 дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
 «Джем»**

В качестве критериев диагностики в программе применена классификация образовательных компетенций по А.В. Хуторскому. По его определению **компетентностный подход** - это совокупность общих принципов определения целей образования, отбора содержания образования, организации образовательного процесса и оценки образовательных результатов.¹

¹Хуторский А.В «Диагностика, контроль, оценка» Электронное издание, 124 Кб

Уровень результатов обучения и личностного развития обучающихся

Таблица 3

	Ф.И.	Постановка корпуса	Партерная гимнастика	Эстрадный танец	Актерское мастерство, танцевальная импровизация	Средний балл

Диагностика воспитанности обучающихся

Таблица 4

№	Ф.И.	Профессиональная воспитанность				Социальная воспитанность.				Оценка воспитания детей.		
		Этика и эстетика выполнения работы и представления ее результатов.	Культура организации своей деятельности.	Адекватность восприятия профессиональной оценки своей деятельности и ее результатов.	Уважительное отношение к профессиональной оценке своей деятельности и ее результатов	Коллективная ответственность.	Умение взаимодействовать с другими членами коллектива.	Стремление к самореализации и социально адекватными способами.	Соблюдение нравственно-этических норм.			
		Старается полностью завершить каждую работу, использовать необходимые дополнения.	Аккуратен в выполнении практической работы	Подчеркивает положительное в чужой работе.	Стремится исправить указанные ошибки	Прислушивается к советам педагога.	Участвует в выполнении коллективных работ.	Не мешает другим детям на занятии.	Неконфликтен	Стремится к саморазвитию, получению новых знаний, умений и навыков.	Выполняет правила поведения на занятии.	Средний бал.

2.5 Методическое обеспечение

В целях успешности учебных программа предполагает использование различных методов в работе. Подробное объяснение правил выполнения движений и одновременный показ позволит учащемуся быстрее освоить материал. Подача нового материала должна проходить, только после того как учащийся освоил предыдущий, чтобы избежать «заучивания» движений с ошибками.

В зависимости от возможностей учащихся и других особенностей системы «дидактическое взаимодействие» может протекать в различных вариантах:

Деятельность педагога:

Преподавание, преимущественно ориентированное на организацию репродуктивной деятельности учащихся:

1. организация педагогом практических упражнений и производственно-трудовой деятельности учащихся.

Преподавание, преимущественно ориентирующееся на организацию поисковой деятельности учащихся:

1. проблемное изложение учебного материала;
2. создание проблемных ситуаций и организация деятельности учащихся;
3. побуждение учащихся к самостоятельной поисковой деятельности.

Преподавание, ориентирующееся на организацию репродуктивно-поисковой деятельности учащихся.

Деятельность учащихся.

Репродуктивная деятельность учащихся:

1. восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации;
2. применение знаний на практике, усвоение практических умений и навыков, овладение способами производственно-трудовой деятельности;
3. поэлементное усвоение учебного материала с активным самоконтролем.
4. алгоритмизированное усвоение учебного материала;
5. Этапы усвоения материала:
 - а) знакомство с действием и условиями его успешного осуществления;
 - б) действие в материализованном виде;
 - в) внешнеречевое действие;
 - г) действие во внешней речи «про себя»;
 - д) действие во внутренней речи.

Постановка перед учащимися практических заданий, ориентированных одновременно на репродуктивную и поисковую деятельность учащихся:

1. организация неоднократного восприятия наиболее существенных элементов содержания и самостоятельного выполнения разнообразных практических упражнений;

2. организация репродуктивно-поисковой деятельности с акцентом на индуктивный подход в преподавании;

3. организация репродуктивно-поисковой деятельности учащихся с акцентом на дедуктивный подход в преподавании и повышение в нем роли теоретических обобщений;

4. частично-поисковая деятельность с одновременным репродуктивным усвоением части учебной информации;

5. репродуктивно-поисковая деятельность по самостоятельному выполнению практических заданий учителя в классе и дома;

6. репродуктивно-поисковая деятельность с акцентом на прочное запоминание существенных элементов содержания и развития навыков самостоятельного решения учебных задач;

4. репродуктивно-поисковая деятельность преимущественно индуктивного характера

5. репродуктивно-поисковая деятельность преимущественно дедуктивного характера

Выбор оптимального для соответствующих условий вида дидактического взаимодействия и составляет наиболее важный элемент процедуры оптимизации процесса обучения.²

- Указанные методы и формы работы гарантируют высокий уровень освоения программы (современные технологии образования; педагогические методы работы; индивидуализация в обучении).

Алгоритм учебного занятия

Организационный этап

- Приветствие (поклон), сообщение темы

Подготовительный этап

- Разминка (партерная гимнастика, стретчинг, станок, дыхательная гимнастика),

Основной этап

- повторение танцевального материала, изучение нового танцевального материала,
- валеологическая пауза,
- закрепление материала

Заключительный этап

- подведение итогов.

Методологической основой программы послужили теории таких авторов как:

²Бабанский Ю.К. Избранные педагогические труды. – М.: Педагогика, 1989

- А.В. Хуторской (теория креативного обучения, основы компетентностного и личностно-ориентированного подхода в обучении);
 - А также на рекомендациях популярных авторов, разработчиков технологий и идей танца:
 - Прибылов Г.Н.(основы техники классического танца);
 - Уральская В.И (создание танца, его замысел, правила драматургии);
 - Результативность детей прослеживается через концертную, конкурсную деятельность.

Список литературы

- Ананьев Б. Г. Рыбалко Е. Ф. Особенности восприятия пространства у детей. М. 1964 - 304 с
- Бабанский Ю. К. Избранные педагогические труды. - 1989
- Бабанский, Ю. К. Избранные педагогические труды / [сост. М. Ю. Бабанский ; авт. вступ. ст. Г. Н. Филонов, Г. А. Победоносцев, А. М. Моисеев ; авт. коммент. А. М. Моисеев]; Акад. пед. наук СССР. - М. : Педагогика, 1989. - 558, [2] с. : табл., 1 л. портр. - (Труды действительных членов и членов-корреспондентов Академии педагогических наук СССР). - Библиогр.: в конце гл.; Список осн. науч. тр. Ю. К. Бабанского.: с. 547-555;
- Барышникова Т. А. «Азбука хореографии» М. 2001- 263 с.
- Ваганова А. Я. «Основы классического танца» учебное пособие. М. 2007-192с.
- Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. М. 2002-150 с.
- Жиленко М.Н. Танец как форма коммуникации в социокультурном пространстве: Дисс. канд. филос. наук. М. 2000. С. 171, 174–175.
- Жорницкая М. С. Северные танцы., 1970 - 180 с.
- Костровицкая В. С. «100 уроков классического танца» учебное пособие М. 2009 - 319 с.
- Милнер П. Физиологическая психология. М. 1973 - 644 с.
- Мэксин Тобиас, Мэри Стюарт «Растягивайся и расслабляйся» М. Физкультура и спорт, 1993 - 158 с.
- Поль Брег. Позвоночник- ключ к здоровью. М. 1996 – 121 с.
- Сборник научно-методических работ преподавателей средних профессиональных учебных заведений искусств и культуры, детских музыкальных художественных школ и школ искусств 2 часть Ханты-Мансийск 2001-180 с.
- Сытова Э.В. Хореографическое искусство и дети: эстетический и нравственный аспекты воспитания: Дисс. канд. искусствовед. Ярославль, 2001.
- Холодков Ж.К. Азбука движений. М. Знание, 1990-112 с.
- Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.
- Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет - журнал "Эйдос".
- Чумаков Б.Н. Валеология. Избранные лекции, М. 1997 - 321с.
- Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений./ Под ред. О.Е. Лебедева. М., 2003. С.100.

Список рекомендуемой литературы для детей и родителей

- Андрианова - Голиницина И.А. Я познаю мир. - М. 2000 - 448 с.
- Баззарова Н., Мэй В. Азбука классического танца Л.Искусство 1983
- Барышникова Т. «Азбука хореографии». - М. 2001- 263 с.
- Жорницкая М. Северные танцы. – М. 1970-180 с.
- Полятков С. Основы современного танца. - Ростов-на-Дону. 2005-77 с.
- Уральская В. Природа танца. - М.,1981-150 с.

Терминологический словарь

Balance-покачивающее движение

Battement tendu- отведение и приведение вытянутой ноги

Battement tendu jete- бросок вытянутой ноги

Battement frappe- ударное движение

Battement double frappe- движение с двойным ударом

Battement fondu- мягкое, плавное «тающее» движение

Tour- поворот

Tour chaine- сцепленный, связанный, цепь кружков, быстрые повороты, следующие один за другим

Выворотность - способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) наружу, когда при правильном поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу.

Танцевальный шаг-способность высоко кинуть ногу в выворотном положении

Координация движений - умение согласовывать движения тела³

Чувство ритма - умение различать сильные, слабые доли музыки, начало фразы, вступление

Компетентность – уровень образованности личности.

Мониторинг-наблюдение за состоянием обучения с целью его контроля

Battement developpe- раскачивать, раскрывать ногу в нужном направлении на 90%

Plie- приседание

Grand plie- глубокое приседание

Grand battement tendu jete-большой бросок вытянутой ноги

Port de bras- упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы

Preparation- приготовление, подготовка

Releve- подъем на пальцы или полупальцы

Relevé- медленный подъем ноги на 90%

Rond de jambe a terre- вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу

Saute- прыжок на месте по позициям

Sur le cou-de-pied-положение одной ноги на щиколотке другой опорной ноги

Опорная нога- нога, на которую в момент исполнения движения приходится тяжесть тела.

Работающая нога- нога, которая находится в движении

³Барышникова Т. А. «Азбука хореографии» М.:, 2001-С.3

Приложение 1

Правила поведения и техника безопасности в танцевальном зале.

Для занятий танцем необходимо:

- иметь медицинскую справку, о том, что нет противопоказаний по состоянию здоровья для данного вида деятельности,
- иметь форму, включающую в себя купальник, лосины либо футболку, лосины, обувь – балетки,
- перед занятием снять с себя жесткие, мешающие аксессуары (часы, серьги, цепочки) не следует использовать туалетную воду, дезодоранты с резким запахом,
- девочкам обязательно убрать волосы в аккуратную, стойкую прическу,
- следует бережно относиться к оборудованию зала,
- необходимо знать правила противопожарной безопасности,
- необходимо знать правила противотеррористической безопасности,
- необходимо сразу сообщить педагогу при травме,
- необходимо сразу сообщить педагогу о плохом самочувствии.

Приложение 2

Стретчинг (от английского «stretching» — растягивание) — это особые упражнения, направленные на развитие гибкости всего тела. Кроме того, данный вид тренинга укрепляет сухожилия, нормализует кровообращение, оказывая положительное влияние на весь организм в целом.

Стретчинг элемент для шейного отдела.

- *Исходное положение – туловище прямое, ноги расставлены на уровне плеч. Правая рука кладется на талию, левая обхватывает голову и наклоняет ее в одноименном направлении. В этой позиции следует задержаться на 10–25 секунд, а затем поменять руки и проделать работу в другую сторону. Количество повторений–8раз.*

Стретчинг элемент для ног и рук.

- *Исходное положение – на четвереньках, разноименную руку и ногу следует вытянуть параллельно полу и задержаться в такой позиции на 10–20 секунд, после чего сменить их. Повторить 5–7 раз.*

Стретчинг элемент для спины.

- *Исходное положение – спиной к стене, руки опущены и упираются в нее руками. Выполняется плавное приседание, во время которого руки опускаются вдоль стены, а спина остается в максимально прямом положении. На этапе максимальной нагрузки следует задержаться на 10–20 секунд, вернуться в исходное положение и повторить выполнение элемента 5 раз.*

Стретчинг элемент для живота.

- Исходное положение – на животе, прогнувшись назад и обхватив пальцами щиколотки. Выполняется сгибание спины с подниманием ног до ощущения прогибания поясницы. В пиковой фазе необходимо продержаться 15–30 секунд. Количество повторений 6–7 раз с паузами между ними.

Приложение 3

Описание упражнений экзерсиса у станка, на середине зала в классическом характере

Название упражнения	Описание упражнений:
Demy plie	<p><i>Исходное положение</i> - левая рука на станке, ноги в первой позиции, корпус подтянут, правая рука в подготовительной позиции, голова повернута вправо.</p> <p><i>Раз, и, два, и</i> - ноги усиливая выворотность верхней части, направляя колени к носкам, выворотно расположенных на полу, медленно сгибаются в коленях, достигая предельного сгиба голеностопного сустава при полном положении пяток на полу, корпус прямой и подтянутый.</p> <p><i>Три, и, четыре, и</i> - ноги, усиливая выворотность и силу мышц, медленно вытягиваются в исходное положение, корпус усиливает подтянутость.</p>
Battmentendu	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди. Корпус подтянут, левая рука положена на палку. Правая рука в подготовительной позиции, поворот головы направо. На два вступительных аккорда рука открывается через Iую во IIую позицию.</p> <p><i>Раз, и</i> - натянутая правая нога, сохраняя выворотность пятки, скользит всей стопой по полу вперед, отделяется пяткой от пола и, продолжая скользить, вытягивается в подъеме и пальцах, достигая полной натянутости всей ноги: носок касается пола, пятка максимально поднята. Чтобы избежать скошенного подъема носок касается пола только первым и вторым пальцами, пятка остается выворотной.</p> <p><i>Два, и</i> – положение сохраняется.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, направляя носок назад, постепенно переходя с носка на всю стопу, скользящим движением возвращается в V позицию, подчёркивая при этом выворотность позиции.</p> <p><i>Два и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется.</p> <p><i>Раз, и</i> – натянутая правая нога, одновременно с поворотом головы enface сохраняя выворотность V позиции, скользя всей стопой по полу в сторону II позиции, постепенно отделяется пяткой от пола и, продолжая скользить, вытягивается в подъеме и пальцах, достигая полной натянутости. Носок касается пола, выворотная пятка максимально поднята.</p> <p><i>Два и</i> - положение сохраняется.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, постепенно переходя с носка на всю стопу, скользящим движением возвращается в V позицию вперед, подчеркивая при этом выворотность позиции.</p> <p><i>Два и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется, меняя положение ноги в пятой позиции(спереди,сзади).</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, направляясь носком назад, скользит всей стопой по полу, отделяется пяткой от пола и, продолжая скользить, вытягивается назад.</p>

	<p>Достигнув предельной точки, нога должна быть максимально натянута и выворотна, с сильно вытянутым подъемом и пальцами.</p> <p><i>Два и</i> - положение сохраняется.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, усиливая выворотность пятки, постепенно переходя с носка на всю стопу, скользящим движением возвращается в позицию, подчеркивая выворотность позиции.</p> <p><i>Два и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется.</p> <p>В <i>battmenttendu</i> работающая нога предельно выворотна в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах и предельно натянута в коленях, сильно выдвигаясь и возвращаясь в позицию. Она двигается во всех направлениях точно по прямой, фиксируя положение носка против пятки опорной ноги. Опорная нога - натянута и выворотна.</p> <p>Примечание: Корпус подтянут и спокоен, сохраняя ровность и плеч и бедер, особенно при исполнении <i>battmenttendu</i> вперед и назад. Музыкальный размер -2/4. Характер музыкального сопровождения четкий, бодрый. Первоначально <i>battmenttendu</i> исполняют на два такта, по мере усвоения на один такт (по четыре «крестом»).</p>
Battmenttendujete	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди. Корпус подтянут, левая рука положена на палку. Правая рука в подготовительной позиции, поворот головы направо. На два вступительных аккорда рука открывается через Iую во Пую позицию.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, сохраняя ровность бедер, скользящим броском открывается вперед на 30градусов.</p> <p><i>Два и</i> - работающая нога, скользящим броском закрывается в исходное положение, носок, коснувшись пола вытянутыми пальцами, подчеркивает возвращение в V позицию. Движение повторяется.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, одновременно с поворотом головы enface ,скользящим броском открывается в сторону на 30 градусов.</p> <p><i>Два и</i> - работающая нога, скользящим броском закрывается в Vпозициювперед, вытянутый подъем сокращается лишь тогда, когда нога, коснувшись пола вытянутым пальцами, возвращается в исходное положение, подчеркивая выворотностьV позиции.</p> <p>Движение повторяют, чередуя V позицию вперед и назад. Движение повторяется, меняя положение ноги в пятой позиции (спереди, сзади).</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, скользящим броском открывается назад на 30градусов.</p> <p><i>Два и</i> - работающая нога, скользящим броском закрывается в исходное положение. Вытянутый подъем сокращается лишь тогда, когда нога, коснувшись пола вытянутыми пальцами, возвращается в исходное положение, подчеркивая выворотность пятки в V позиции. Движение повторяется.</p> <p>Примечание: В<i>battmenttendujete</i> во всех направлениях работающая нога двигается в момент броска точно по прямой, фиксируя одну и ту же высоту в воздухе, ноги все время сохраняют выворотность и натянутость, особенно в момент броска. Корпус подтянут и спокоен, плечи и бедра ровные, особенно при исполнении <i>battmenttendujete</i> вперед и назад. Муз.р.-2/4. Характер музыкального сопровождения четкий, бодрый. <i>Battmenttendujete</i> исполняется в том же темпе, что и <i>battmenttendu</i>.</p>

<p>Rond de jampe par terre en dehors</p> <p>en dedans</p>	<p><i>Исходное положение</i>-Ипозиция, левая рука на станке, правая в подготовительном положении, корпус подтянут.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога вытягивается вперед по правилам battmentendu . <i>Два, и, три, и</i> - чертит носком дугу через вторую позицию назад; выворотность всей ноги при этом усиливается, плечи и бедра остаются ровными. <i>Четыре, и</i> - не задерживаясь, нога проводится скользящим движением через первую позицию, вытягивается вперед. Движение повторяют требуемое количество раз, заканчивая его в первой позиции.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога вытягивается назад по правилам battmentendu . <i>Два, и, три, и</i> - чертит носком дугу через вторую позицию вперед; всей ноги при этом усиливается, плечи и бедра остаются ровными. <i>Четыре, и</i> - не задерживаясь, нога проводится скользящим движением через первую позицию, вытягивается назад. Движение повторяют требуемое количество раз, заканчивая его в первой позиции.</p> <p>Примечание: Характер музыкального сопровождения плавный, связный. Сначала музыкальный размер 4/4,упражнение исполняется на один такт. В дальнейшем на один такт, музыкальный размер 2/4.Независимо от музыкального размера движение всегда исполняется равномерно.</p>
<p>Battmentfondu</p>	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди, левая рука на станке, правая рука в подготовительной позиции, поворот головы направо.</p> <p><i>Preparation</i>Раз, и- правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть. Два, и - правая рука открывается во вторую позицию, правая нога вытягивается на вторую позицию носком в пол.</p> <p><i>Раз, и</i> - обе ноги сгибаются постепенно, усиливая выворотность: работающая - в направлении условного <i>cou-de-pied</i>, опорная начиная <i>demyplie</i>. <i>Два, и</i> - работающая нога принимает положение условного <i>cou-de-pied</i>, опорная нога достигает предельного сгиба голеностопного сустава в <i>demyplie.</i>; корпус остается прямым и подтянутым. <i>Три, и, четыре, и</i> - обе ноги на задерживаясь, постепенно вытягиваются, сохраняя выворотность, причем работающая нога открывается, вперед на высоту 450.<i>Battmentfondu</i> вперед повторяется.</p> <p><i>Раз, и</i> - обе ноги сгибаются постепенно, усиливая выворотность: работающая - в направлении условного <i>cou-de-pied</i>, опорная начиная <i>demyplie</i>. <i>Два, и</i> - работающая нога принимает положение условного <i>cou-de-pied</i>, опорная нога достигает предельного сгиба голеностопного сустава в <i>demyplie.</i>; корпус остается прямым и подтянутым. <i>Три, и, четыре, и</i> - обе ноги на задерживаясь, постепенно вытягиваются, сохраняя выворотность, причем работающая нога открывается на вторую позицию на высоту 450. <i>Battmentfondu</i> вперед повторяется, но теперь работающая нога закрывается в направлении <i>cou-de-pied</i> <i>сзади</i> и, заканчивая движение, опять открывается на вторую позицию на 450. <i>Battmentfondu</i>, повторяясь, чередует <i>cou-de-pied</i> впереди и сзади. <i>Раз, и</i> - обе ноги сгибаются постепенно, усиливая выворотность: работающая -</p>

	<p>в направлении <i>cou-de-pied</i> сзади, опорная начиная <i>demyplie</i>. <i>Два, и</i> - работающая нога принимает положение <i>cou-de-pied</i> сзади, опорная нога достигает предельного сгиба голеностопного сустава в <i>demyplie</i>.; корпус остается прямым и подтянутым. <i>Три, и, четыре, и</i> - обе ноги на задерживаясь, постепенно вытягиваются, сохраняя выворотность, причем работающая нога открывается назадна высоту 450.<i>Battmentfondu назад</i> повторяется. На два заключительных аккорда <i>battmentfondu</i> заканчивается в пятую позицию назад, правая рука закрывается в подготовительное положение, голова поворачивается направо. Примечание: Сначала <i>battmentfondu</i> изучают в каждом направлении отдельно не более четырех раз подряд. Затем переходят к <i>battmentfondu</i> во всех направлениях, но не менее чем по два движения в каждом. Музыкальный размер - 4/4. Характер музыкального сопровождения плавный.</p>
Battmentfrappe	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди. <i>Preparation</i>Раз, и- правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть, <i>и</i> - положение сохраняется, <i>два, и</i> - работающая нога вытягивается по правилам <i>battmenttendu</i> на вторую позицию, голова поворачивается направо. <i>и</i> - положение сохраняется.</p> <p><i>Раз, и</i> - работающая нога, сгибается, усиливая выворотность, и легким ударом обхватывает щиколотку(<i>cou-de-pied</i> впереди). <i>Два, и</i> - положение сохраняется. <i>Три, и</i> - работающая нога, сохраняя выворотность своей верхней части, сильно вытягивается вперед на высоту 450. <i>Четыре, и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется. <i>Раз, и</i> - работающая нога, одновременно с поворотом головы enface, сгибается, усиливая выворотность, и легким ударом обхватывает щиколотку(<i>cou-de-pied</i> впереди). <i>Два, и</i> - положение сохраняется. <i>Три, и</i> - работающая нога, сохраняя выворотность своей верхней части, сильно вытягивается в сторону на высоту 450. <i>Четыре, и</i> - положение сохраняется. <i>Раз, и</i> - работающая нога, одновременно с поворотом головы enface, сгибается, усиливая выворотность, и легким ударом обхватывает щиколотку(<i>cou-de-pied</i> сзади). <i>Два, и</i> - положение сохраняется. <i>Три, и</i> - работающая нога, сохраняя выворотность своей верхней части, сильно вытягивается в сторону на высоту 450. <i>Четыре, и</i> - положение сохраняется. Упражнение повторяют, чередуя <i>cou-de-pied</i> впереди и сзади. <i>Раз, и</i> - работающая нога, одновременно с поворотом головы enface, сгибается, усиливая выворотность, и легким ударом обхватывает щиколотку(<i>cou-de-pied</i> сзади). <i>Два, и</i> - положение сохраняется. <i>Три, и</i> - работающая нога, сохраняя выворотность своей верхней части, сильно вытягивается назад на высоту 450, при этом плечи и бедра сохраняют</p>

	<p>ровность. <i>Четыре, и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется. Примечание: В battmentfrappe во всех направлениях удар ноги (акцент) в воздухе, корпус при этом спокоен и подтянут, плечи и бедра ровные. Опорная нога предельно натянута и выворотна. Сначала battmentfrappe изучают раздельно, не менее восьми раз в каждом направлении. Усвоив его, исполняют во всех направлениях, не менее четырех раз в каждом направлении. Вначале музыкальный размер 4/4, впоследствии 2/4. Упражнение исполняется на один такт.</p>
Rond de jamp en lair	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди, левая рука на станке, правая рука в подготовительном положении. <i>Preparation</i> Раз- правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть. <i>и</i> - работающая нога вытягивается на вторую позицию, носком в пол, правая рука открывается во вторую позицию, голова поворачивается направо. <i>Два, и</i> – работающая нога поднимается на вторую позицию на 450, голова поворачивается en face. <i>Раз, и</i> – работающая нога, при полной неподвижности своей верхней части, сгибается в колене и, сохраняя выворотность пятки, описывает дугу в том же направлении, что и в ronddejamparterreendehors, несколько назад, затем направляя вытянутый носок к середине икры. <i>Два, и</i> - работающая нога, усиливая выворотность пятки, вытягиваясь, описывает дугу несколько вперед, заканчивая движение предельно натянутой и выворотной работающей ногой во вторую позицию на высоте 450. <i>Три, и, четыре, и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется. <i>Раз, и</i> – работающая нога, при полной неподвижности своей верхней части, сгибается в колене и, сохраняя выворотность пятки, описывает дугу в том же направлении, что и в ronddejamparterreendedans, несколько вперед, затем направляя вытянутый носок к середине икры. <i>Два, и</i> - работающая нога, усиливая выворотность пятки, вытягиваясь, описывает дугу несколько назад, заканчивая движение предельно натянутой и выворотной работающей ногой во вторую позицию на высоте 450. <i>Три, и, четыре, и</i> - положение сохраняется. Движение повторяется. Примечание: В ronddejampenlair центр тяжести корпуса расположен на опорной ноге. Опорная нога максимально натянута и выворотна. Рука, открытая на вторую позицию, и рука, лежащая на палке, сохраняют правильное положение. Музыкальный размер 4/4. Характер музыкального сопровождения плавный, четкий. Сначала разучивают на один такт 4/4 ,затем на один такт 2/4.</p>
Battmentreleve lent	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди, левая рука на станке, правая рука в подготовительном положении. <i>3 такта</i> - работающая нога, скользящим движением вытягивается вперед (правая рука, из-за такта приоткрываясь, поднимается в первую позицию, взгляд в кисть) и, не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту 900 (рука открывается во вторую позицию, голова направо), корпус подтянут, опорная нога натянута и выворотна. <i>2 такта</i> - натянутая нога фиксирует высоту. <i>3 такта</i> - медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами,</p>

	<p>скользящим движением возвращается в пятую позицию (правая рука опускается в подготовительное положение)</p> <p><i>3 такта</i> - работающая нога скользящим движением вытягивается на вторую позицию, и (правая рука поднимается в первую позицию, взгляд в кисть), не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно, сохраняя точное направление второй позиции, поднимается точно по прямой на высоту 900 (рука открывается во вторую позицию, голова направо), корпус подтянут, опорная нога натянута и выворотна.</p> <p><i>2 такта</i> - натянута нога фиксирует высоту.</p> <p><i>3 такта</i> - медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами, скользящим движением возвращается в пятую позицию сзади (правая рука опускается в подготовительное положение).</p> <p><i>3 такта</i> - работающая нога скользящим движением вытягивается назад, и (правая рука поднимается в первую позицию, взгляд в кисть), не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту 900,(рука открывается во вторую позицию, голова направо), корпус подтянут, слегка направлен вперед, опорная нога натянута и выворотна.</p> <p><i>2 такта</i> - натянута нога фиксирует высоту.</p> <p><i>3 такта</i> - медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами, скользящим движением возвращается в пятую позицию (правая рука опускается в подготовительное положение).</p> <p>Примечание: Опорная нога сохраняет натянутость и выворотность. Корпус подтянут, особенно при неизбежном наклоне в <i>battmentrelevelent</i> назад. Подъем работающей ноги может превышать 900, если это позволяет физические данные исполнителя.</p> <p>Музыкальный размер 3/4,4/4.Характер музыкального сопровождения плавный, связный.</p>
Grand battmenttendujete	<p><i>Исходное положение</i>- V позиция, правая нога впереди, левая рука на станке, правая рука в подготовительном положении, корпус подтянут и спокоен.</p> <p><i>Prepararation Raz, u</i> - правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть.</p> <p><i>Два, u</i> - открывается во вторую позицию, поворот головы направо</p> <p><i>Raz</i> - работающая нога скользящим движением легко выбрасывается вперед, точно по прямой, на высоту не ниже 900.</p> <p><i>u</i> - натянута и выворотная нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол.</p> <p><i>Два</i> - скользящим движением возвращается в пятую позицию.</p> <p><i>u</i> - сохраняется исходное положение. Движение повторяется.</p> <p><i>Raz</i> - работающая нога скользящим движением легко выбрасывается в сторону, точно по прямой, на высоту не ниже 900.</p> <p><i>u</i> - натянута и выворотная нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол.</p> <p><i>Два</i> - скользящим движением возвращается в пятую позицию.</p> <p><i>u</i> - сохраняется исходное положение. Движение повторяется.</p> <p>Grandbattmenttendujete в сторону повторяют чередую пятую позицию вперед и назад.</p> <p><i>Raz</i> - работающая нога скользящим движением легко выбрасывается назад, точно по прямой, на высоту не ниже 900,корпус, усиливая подтянутость,</p>

	<p>слегка направлен вперед, плечи и бедра сохраняют ровность. <i>и</i> - натянутая и выворотная нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол. <i>Два</i> - скользящим движением возвращается в пятую позицию. <i>и</i> - сохраняется исходное положение. Движение повторяется. Примечание: Необходимо следить за тем, чтобы рука, открытая во вторую позицию, и рука, лежащая на станке, сохраняли правильное положение, так как они имеют тенденцию смещаться, особенно в <i>grandbattmenttendujete</i> назад. Опорная нога все время сохраняет натянутость и выворотность, особенно в момент броска работающей ноги. При броске назад следует сдерживать неизбежный наклон корпуса, выпрямляясь, как только нога возвращается в исходное положение. Сильный бросок не должен нарушать ровности плеч и бедер. Положение головы в <i>grand battmenttendujete</i> , что <i>ibattmentreleve lent</i>. Музыкальный размер 2/4. Характер музыкального сопровождения энергичный, бодрый. Сначала исполняют на два такта, затем на один такт, затем на каждую четверть, начиная движение за тактом на и.</p>
<p>Po rde bras 1</p>	<p><u>Первое pordebras</u> <i>Исходное положение:</i> <i>epaulementcroise</i>, пятая позиция, правая нога впереди. <i>Раз, и, два</i> - руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук. <i>Три, и, четыре</i> - руки поднимаются в третью позицию, голова поворачивается направо, слегка поднимается, взгляд направляется на кисть правой руки. <i>Раз, и, два</i> – <i>руки</i>, не нарушая округлости и начиная движения от пальцев, раскрывается во вторую позицию, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки. <i>Три, и, четыре</i> - кисти рук, не повышая уровня второй позиции, раскрываясь, поворачиваются ладонями вниз, локти слегка смягчаются, и руки постепенно опускаются в подготовительное положение. Движение повторяют не менее двух, четырех раз, после чего следует <i>pordebraepaulementcroise</i>, левая нога впереди. <u>Второе pordebras</u> <i>Исходное положение:</i> <i>epaulementcroise</i>, пятая позиция, пятая позиция, правая нога впереди. Два вступительных аккорда. <i>Раз, и, два</i> - руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук. <i>Два, и</i> - левая рука поднимается в третью позицию, правая открывается во вторую, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки. <i>Раз, и, два</i> - левая рука, начиная движение от пальцев, раскрывается во вторую позицию, голова поворачивается налево, взгляд следует за кистью левой руки. <i>Три, и, четыре</i> - правая рука, поднимаясь, закрывается в третью позицию, левая рука, поворачиваясь ладонью вниз, опускается в повышенное подготовительное положение взгляд, следует за кистью этой руки, голова слегка, поворачиваясь направо, взгляд направлен мимо локтя правой руки. <i>Раз, и, два</i> - правая рука, опускаясь, а левая поднимаясь, соединяются в первой позиции, голова к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук. <i>Три, и, четыре</i> - левая рука поднимается в третью позицию, правая рука</p>

открывается во вторую, голова открывается во вторую, голова поворачивается направо, и движение заканчивается в исходном положении второго pordebras. Pordebras повторяется не менее двух, четырех раз, после чего на два заключительных аккорда левая рука на *раз, и* открывается во вторую позицию, на *два, и* руки опускаются в подготовительное положение.

Примечание: В pordebras руки двигаются совершенно свободно и самостоятельно, при подтянутых и опущенных плечах. Движения головы и взгляда дополняют художественную окраску pordebras.

При музыкальном размере 4/4 pordebras исполняют на два такта. При музыкальном размере 3/4 исполняют на четыре такта.

Характер музыкального сопровождения плавный, слитный.

Третье pordebras

Исходное положение: epaulementcroise, пятая позиция, пятая позиция, правая нога впереди.

Два вступительных аккорда

Раз, и, два - руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова слегка наклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти рук

Раз, и - корпус, усиливая подтянутость (особенно в бедрах), постепенно наклоняется вниз настолько, чтобы натянутость ног и подтянутость бедер не нарушалась, обе руки опускаясь, соединяются в подготовительном положении, голова опускается вместе с наклоном корпуса, взгляд следует за кистью правой руки.

Два, и - руки раскрываются во вторую позицию, поворот головы направо.

Три, и, четыре - корпус постепенно возвращается в исходное положение, руки через первую позицию поднимаются в третью позицию, голова поворачивается направо.

Раз, и, два - корпус, усиливая подтянутость (особенно в бедрах) постепенно перегибается в талии назад настолько, чтобы натянутость ног и подтянутость бедер не нарушалась, руки точно сохраняют третью позицию, голова-поворот направо.

Три, и, четыре - корпус, достигнув предельной точки перегиба, постепенно возвращается в исходное положение, руки раскрываются во вторую позицию, заканчивая третье pordebras.

Движение выполняют требуемое количество раз. На два заключительных аккорда руки опускаются в подготовительное положение.

Примечание: Во всехpordebras ноги предельно натянуты, бедра и корпус подтянуты, плечи опущены и раскрыты, руки и голова сохраняют правильные позиции и положения, избегают малейшего напряжения. Особенно важно помнить, эти правила при наклоне и перегибе корпуса назад в третьем pordebras.

Характер музыкального сопровождения плавный, слитный.

При музыкальном размере 4/4 pordebras исполняют на два такта, затем на один, при музыкальном размере 3/4 исполняют сначала на восемь тактов, затем на четыре такта.

Приложение 4

Описание позиций ног и рук в классическом танце

I позиция	Ступни ног, соприкасаясь с пятками, образуют прямую линию на полу.
II позиция	Сохраняется прямая линия первой позиции, но пятки выворотных ног стоят друг от друга на длину стопы.
III позиция	В том же выворотном положении ног, ступни плотно прилегая, закрывают друг друга наполовину.
V позиция	Ступни, плотно прилегая, совершенно закрывают друг друга: пятка одной ноги соприкасается с носком другой.
IV позиция	Сохраняется выворотность пятой позиции, но ноги не соприкасаются: одна находится параллельно другой на расстоянии стопы. Во всех позициях недопустим завал на большой палец.
VI позиция	Стопы расположены вместе.
Подготовительная позиция	Руки свободно опущены вдоль тела и не соприкасаются с корпусом, образуя овальную форму, слегка закруглены в локтевом суставе. Локти направлены в стороны плеч. Кисти рук направлены внутрь и продолжают овальную форму всей руки, близки одна к другой, но не соприкасаются, локти слегка округлены. Все пальцы сгруппированы совершенно свободно и мягки в суставах; большой и средний пальцы приближены друг к другу, но не соприкасаются.
I позиция	Руки подняты впереди корпуса немного выше пояса на уровне диафрагмы, так чтобы грудь была закрыта. Руки закруглены в локтевых суставах и несколько приближены к телу, образуя овальный круг. Руки поддерживаются напряжением мускулов их верхней части. Кисти рук находятся на одной закругленной линии с локтем и расположены друг от друга на расстоянии 3-5 см. Пальцы сгруппированы и закруглены в фалангах.
II позиция	Руки отведены в стороны, чуть округло согнуты в локтях. Следует поддерживать локоть напряжением мускулов верхней части руки. Нельзя затягивать плечи назад или поднимать их. Лопатки опущены вниз. Нижняя часть руки, от локтя к кистям, удерживается на одном уровне с локтем. Кисти рук находятся несколько впереди плеч и продолжают мягкую, округлую линию в фалангах пальцев.
III позиция	Руки подняты вверх с округлыми локтями. Кисти, продолжая общую округлость рук, направлены внутрь близко одна к другой, но не соприкасаются, и должны быть видимы глазами без поднимания головы. Локти находятся по линии плеч чуть выше уха.

Приложение 5

Календарный учебный график

№п /п Месяц/ число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко- л- во ча- со- в	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	
Раздел 1. «Экзерсис»							
1	сентябрь 3.09. 2020 Чт 04.09 2020 Пт	15:00-15:40 гр.3 15:50-16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50-16:30 гр.6	Беседа	1	Вводное занятие, техника безопасности. Роль экзерсиса для танцора	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
2	сентябрь 7.09. 2020 Пн 08.09 2020 Вт 09.09. 2020 Ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50-16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Беседа	1	Терминология в классике	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
3	сентябрь 10.09.20 Чт 11.09.20 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Упражнения экзерсиса Battement frappe	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
4	сентябрь 14.09.20 Пн 15.09.20 Вт 16.09.20 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.	Интегрированн ое занятие	1	Rond de jambe par terre	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная

5	сентябрь 17.09.20 Чт 18.09.20 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50-16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Rond de jambe en l'air Battement fondu	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
6	сентябрь 21.09.20 Пн 22.09.20 Вт 23.09.20 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Grand battement jete	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
7	сентябрь 24.09.20 Чт 25.09.20 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Battement fondu	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
8	сентябрь 28.09.20 Пн 29.09.20 Вт 30.09.20 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Battement developpes	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
9	октябрь 1.10. 20 Чт 2.10. 20 Пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Battement developpes	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
10	октябрь 5.10. 20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная

	6.10.20 Вт	18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	7.10.20 Ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
11	октябрь 8.10.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	9.10.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
12	октябрь 12.10.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	13.10.20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	14.10.20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
13	октябрь 15.10.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	16.10.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
14	октябрь 19.10.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	20.10.20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	21.10.20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					

15	октябрь 22.10.20 Чт 23.10.20 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал MAOY COШ№132	Групповая Фронтальная
16	октябрь 26.10.20 Пн 27.10.20 Вт 28.10.20 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальная
17	октябрь 29.10.20 Чт 30.10.20 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малы й спорт ивный зал MAO Y COШ №132	Групповая Фронтальная
18	ноябрь 2.11.20 Пн 3.11.20 Вт 4.11.20 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в упражнениях станка	Малый спорти вный зал MAO Y COШ №132	Групповая Фронтальная
19	Ноябрь 5.11.20 Чт 6.11.20 Пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Прыжки классические: Soute	Малы й спорт ивны й зал MAO Y COШ №132	Групповая Фронтальная

20	ноябрь 9.11.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированное занятие	1	Прыжки классические: Soute	Малый спортивный зал МАОУ С№1 320 Ш	Групповая Фронтальная
	10.11.20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50-16:30 гр.5					
	11.11.20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
Раздел 2 «Середина зала»							
21	ноябрь 12.11.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50-16:30 гр.4	Интегрированное занятие	1	Tourpique Движение по диагонали: Tourchanes	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	13.11.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50-16:30 гр.6					

22	ноябрь 16.11.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1		Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	17.11. 20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5			Тourpique Движение по диагонали: Tourchanes		
	18.11. 20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
23	ноябрь 19.11. 20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Тourpique Движение по диагонали: Tourchanes	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	20.11. 20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
24	ноябрь 23.11. 20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1		Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	24.11. 20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5			Тourpique Движение по диагонали: Tourchanes		
	25.11. 20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
25	ноябрь 26.11.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Махи	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	27.11. 20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
26	ноябрь 30.11. 20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1		Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	декабрь 1.12. 20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5			Махи		
	2.12. 20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1					

		18:40-19:15 гр.2					
27	декабрь 3.12.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Махи	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	4.12.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
28	декабрь 7.12.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Махи	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	8.12.20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	9.12.20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
29	декабрь 10.12.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Махи	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	11.12.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
30	декабрь 14.12.20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Прыжок- jete	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	15.12.20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	16.12.20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
31	декабрь 17.12.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50-16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Прыжок- jete	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	18.12.20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50-16:30 гр.6					

32	декабрь 21.12. 20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Прыжок- jete	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	22.12. 20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50-16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6					
	23.12. 20 ср	17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
33	декабрь 24.12. 20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50-16:30 гр.4	Интегрированн ое	1	Прыжок- jete	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	25.12. 20 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50-16:30 гр.6					

			занятие				Групповая Фронтальная
34	декабрь 28.12. 20 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированное занятие	1	Аттестация промежуточная. Практика	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	29.12. 20 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	30.12. 20 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
35	декабрь 31.12.20 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированное занятие	1	Комбинации на середине зала	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
		15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
36	январь 11.01. 21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированное занятие	1	Комбинации на середине зала	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	12.01. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	13.01. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
37	январь 14.01. 21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированное занятие	1	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	15.01. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
38	январь 18.01. 21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированное занятие	1	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	19.01. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					

	20.01. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
39	январь 21.01.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрирова нное занятие	1	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	22.01. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
40	январь 25.01.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрирова нное занятие	1	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	26.01. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	27.01. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
41	январь 28.01. 21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрирова нное занятие	1	Стретчинг Комплекс упражнений стретчинга	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	29.01. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
Раздел 3 «Постановочная деятельность»							
42	февраль 1.02. 21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрирован ное занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	2.02. 21 вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	3.02. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
43	февраль 4.02.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрирован ное занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	5.02. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					

44	февраль 8.02.21 Пн	17:00-17:40 гр.1	Интегрирова нное занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
		17:50-18:30 гр.2					
		18:40-19:15 гр.3					
	9.02. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4					
	15:50- 16:30 гр.5						
	17:00-17:40 гр.6						
10.02. 21 ср	17:50-18:30 гр.1						
		18:40-19:15 гр.2					

45	февраль 11.02.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	12.02. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
46	февраль 15.02.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	16.02. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	17.02. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
47	февраль 18.02. 21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Элементы детского танца Ритмические движения;	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	19.02. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
48	февраль 22.02.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Движения на развитие координации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	23.02. 21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	24.02. 21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
49	февраль 25.02.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Движения на развитие координации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	26.02. 21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
50	Март 1.03.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Движения на развитие координации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная

	2.03.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	3.03.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
51	март 4.03.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Движения на развитие координации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	5.03.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
52	март 10.03.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Прыжковые комбинации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
53	март 11.03.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Прыжковые комбинации	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	12.03.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
54	март 15.03.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Комбинация прыжков и бега	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	16.03.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	17.03.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
55	март 18.03.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Комбинация прыжков и бега	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	19.03.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					

56	март 22.03.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Комбинация прыжков и бега	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальна я
	23.03.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	24.03.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
57	март 25.03.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Исполнение простых движений (подскоки, галоп)	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальна я
	26.03.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
58	март 29.03.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Исполнение простых движений (подскоки, галоп)	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальна я
	30.03.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	31.03.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
59	апрель 1.04.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированн ое занятие	1	Комбинация в паре	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальна я
	2.04.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
60	апрель 5.04.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Работа с руками	Малый спортивный зал MAOY COШ №132	Групповая Фронтальна я
	6.04.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	7.04.21	17:00-17:40 гр.6					

	ср	17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
61	апрель 8.04.21 Чт 9.04.21 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Постановка детского танца	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
62	апрель 12.04.21 Пн 13.04.21 Вт 14.04.21 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Постановка детского танца	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
63	апрель 15.04.21 Чт 16.04.21 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Постановка детского танца	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
64	апрель 19.04.21 пн 20.04.21 Вт 21.04.21 ср	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3 15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5 17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в танце.	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
65	апрель 22.04.21 Чт 23.04.21 пт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4 15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в танце.	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я

66	апрель 26.04.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированн ое занятие	1	Развитие технических навыков в танце.	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	27.04.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	28.04.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					

67	Апрель 29.04.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30гр.4	Интегрированно е занятие	1	Выразительность в танце	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	30.04.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
68	май 6.05.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30гр.4	Интегрированно е занятие	1	Выразительность в танце	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	7.05.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
69	май 11.05.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5	Интегрированно е занятие	1	Выразительность в танце	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	12.05.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
70	май 13.05.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированно е занятие	1	Творческие мастерские	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	14.05.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
71	17.05.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированно е занятие	1	Творческие мастерские	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	18.05.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	19.05.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
72	май 20.05.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Интегрированно е занятие	1	Обобщение материала в модуле «Детский танец»	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальна я
	21.05.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					

73	24.05.21 Пн	17:00-17:40 гр.1 17:50-18:30 гр.2 18:40-19:15 гр.3	Интегрированное занятие	1	Обобщение материала в модуле «Детский танец»	Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	25.05.21 Вт	15:00-15:40 гр.4 15:50- 16:30 гр.5					
	26.05.21 ср	17:00-17:40 гр.6 17:50-18:30 гр.1 18:40-19:15 гр.2					
74	май 27.05.21 Чт	15:00-15:40 гр.3 15:50- 16:30 гр.4	Аттестация итоговая. Практика	1		Малый спортивный зал МАОУ СОШ №132	Групповая Фронтальная
	28.05.21 пт	15:00-15:40 гр.5 15:50- 16:30 гр.6					
Итого:				74			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575787

Владелец Шевелева Людмила Геннадьевна

Действителен с 02.03.2021 по 02.03.2022