

**КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Танцуем с улыбкой»**

* по содержанию является художественной;
* по уровню освоения – базовой;
* по форме организации - очной, групповой;
* по степени авторства – модифицированной.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно-правовыми документами:

**1) нормативные документы:**

* Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
* Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;
* Распоряжение Правительства РФ от31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
* Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
* Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);
* Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
* Постановление Администрации города Пензы от 31.08.2023 № 1235 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории города Пензы»;

**2) локальные акты учреждения:**

* Устав МБОУДО «ДД(Ю)Т» г. Пензы;
* «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУДО «ДД(Ю)Т» г. Пензы».

**Актуальность** данной образовательной программы обоснована интересом родителей и учащихся к программам художественной направленности. Программа «Танцуем с улыбкой» помогает решать множество задач, связанных с развитием творческих способностей, удовлетворением личных потребностей учащихся в моральном, художественном и интеллектуальном росте, а также в организации их досуга. Во время занятий учащиеся осваивают навыки контроля над телом, изучают основы хореографии; знакомятся с историей и теорией современного и классического танца; получают возможность для самовыражения в актерской пластике; учатся преодолевать физические и технические трудности, благодаря чему развивают свои навыки и характер; осваивают методы взаимодействия в коллективе.

Занятия по программе проводятся в расслабленной атмосфере, что позволяет избежать перенапряжения и усталости благодаря переключению на различные виды деятельности. Актуализация интегрированных занятий по хореографии, индивидуальных занятий и занятий с элементами импровизации выделяет данную программу среди прочих. В процессе обучения появилась необходимость включить элементы импровизации в интегрированные занятия.

Каждая эпоха требует системной и целенаправленной работы с молодым поколением, а также новых форм и методов воспитания и обучения, соответствующих современным условиям. Воспитание личности, способной к универсальным действиям, обладающей культурой социального самоопределения и автономией в выборе видов деятельности, а также умением выразить свои идеи в творчестве, становится важной задачей.

На текущем этапе развития российское общество осознало важность духовного и нравственно-эстетического возрождения, что подтверждается усилением роли эстетического образования молодежи. Это привело к росту интереса к созданию и реализации программ, направленных на изучение культуры, истории и искусства, а также на сохранение народного творчества и здоровье детей.

Значимость программы для муниципалитета заключается в том, что данная образовательная программа разработана в целях охраны, укрепления и повышения уровня здоровья детей и направлена на формирование универсальных компетенций.

**Новизна программы** состоит в личностно-ориентированном обучении. Роль педагога дополнительного образования заключается не в том, чтобы максимально ускорить развитие творческих способностей ребенка, а в том, чтобы предоставить каждому ученику оптимальные условия для полного раскрытия и реализации его талантов.

После изучения и анализа существующих программ по хореографии было установлено, что они не отражают «многогранность» современного хореографического искусства и не осуществляют синтез искусств. Это именно то, что сегодня привлекает внимание в сфере дополнительного образования. Поэтому появилась необходимость создать программу «Танцуем с улыбкой», которая объединяет и интегрирует хореографию, театральное искусство и музыку в единое целое, что и является **отличительной особенностью программы.**

Содержание программы разработано в соответствие с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого учащегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

**Педагогическая целесообразность** программы «Танцуем с улыбкой» проявляется в синтезе различных форм хореографического обучения и создание интегрированной модели. Реализация данной программы способствует формированию у обучающихся гармонии в нескольких сферах взаимодействия:

- отношение к телу (принятие образа своего тела) и со своим телом (улучшение физической формы, развитие двигательных возможностей организма);

- отношение к культуре (знакомство с классической и современной культурой через танцевальные практики, формирование личных эстетических предпочтений) и отношение с культурой (развитие собственного стиля в танцевальной среде);

- отношение к окружающим (дружеские связи в коллективе, взаимодействие со значимыми взрослыми) и отношения с окружающими (приобретение опыта в построении отношений во время репетиций и выступлений).

Практическая деятельность на этом этапе обучения в значительной степени связана с изучением истории современного хореографического искусства, осваиванием работ современных хореографов и мировой музыкальной культуры. В процессе занятий у учащихся продолжают развиваться творческие способности, эстетические чувства, понимание красоты движений и звука, форм и цветов.

Организация учебного процесса позволяет решать множество задач, связанных с воспитанием молодого поколения: социального, нравственного, художественно-эстетического и гражданско-патриотического характера.

**Адресат программы**

Программа адресована детям 9-12 лет.

На обучение по программе принимаются все желающие, без предварительного отбора, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям хореографией. Зачисление учащихся на 2,3 год обучения возможно при прохождении входящей аттестации.

Занятия по программе строятся с учетом возрастных особенностей учащихся.

С 9-10 лет уже начинаются ранние подростки. В этот период у них есть особая потребность в самовыражении, быть автором. Авторство — основная характеристика подросткового возраста. И это нужно использовать, чтобы через творчество реализовывать потребность учеников быть автором, для этого в программу включена импровизация и сочинение собственных движений и комбинаций, создание своих образов и своего видения музыкального произведения.

Учащиеся среднего возраста (10-12 лет) обладают большим развитием в области координации движения, ориентировки, чувстве ритма. Они физически сильнее, более организованы. В то же время в этом возрасте появляется некоторая угловатость и скованность в движениях, что не может не влиять на качество танца. При работе с данной возрастной категорией учащихся наибольшее внимание уделяется осанке, технике исполнения и культуре общения.

**Объём и сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 2 года обучения (432 учебных часа) и реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время. При наличии отставания программа может быть реализована в полном объеме за счет укрупнения дидактических единиц.

1 год обучения – 216 часов.

2 год обучения – 216 часов.

**Форма реализации** образовательной программы очная. Основной формой обучения является занятие.

**Режим проведения занятий** соответствует возрасту учащихся.

Продолжительность академического часа – 45 мин.

Количество часов в неделю – 6.

Периодичность занятий определяется расписанием, утвержденным руководителем образовательного учреждения.

**Особенности организации образовательного процесса**

**Базовый уровень** формирует у учащихся умениявыполнять основные элементы классического тренажа, выполнять движения изолированных центров; уметь связывать техник дыхания с движениями; выполнять упражнения stretch-характера; умение выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; умения легко и без стеснения импровизировать на любую музыку, создавая различные образы.

**Раздел «Гимнастика»**

Раздел «Гимнастика» изучается на всех годах обучения, темы повторяются с ежегодным увеличением нагрузки. Он способствует укреплению опорно-мышечного аппарат, развивает подвижность и гибкость суставов, эластичности мышц. Направлен на воспитание у обучающихся выносливости, силы и дисциплины

На занятиях используется современная музыка с ярко выраженным ритмом.

**Раздел «Основы современного танца»** знакомит с основными техниками, элементами и движениями современного танца. Способствует гармоничному развитию тела танцора, укреплению мышц и развитию суставов.

**Раздел** «**Фентези-данс с элементами импровизации»** знакомит с понятием импровизация, формирует основные знания о способах импровизации и подачи себя через игру. Развивает кругозор, способствует улучшению координации и способности мыслить не стандартно.

**Раздел «Азбука классического танца»** формирует знания и умения по постановке корпуса, позиции ног, позиции рук; месте классического танца в хореографии, классическому тренажу и элементам классического тренажа.

**Раздел «Постановочная работа»**

***Постановочная работа*** предполагает:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;

- изучение танцевальных сложных движений;

- соединение движений в танцевальные композиции;

- разводку танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

- демонстрацию движения, его музыкальную раскладку, особенности исполнения;

- знакомство с музыкальным материалом и разводку различных танцевальных композиций.

***Репетиционная работа*** включает в себя:

• отработку элементов;

• работу над музыкальностью;

• развитие пластичности;

• синхронность в исполнении;

• работу над техникой танца;

• отработку четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;

• формирование выразительности и эмоциональности исполнения.

**Цели и задачи программы.**

Все концепции, принципы, формы и методы, представленные в разделах программы, направлены на достижение целей и задач: развитие гармонично развитой личности, раскрытие скрытых способностей с помощью современной хореографии.

**Целью** программы является развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся в процессе освоения современной хореографии.

**Задачи**

*Личностные:*

* овладеть навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

*Метапредметные:*

* развить способности планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с заданной целью и условиями её выполнения в процессе изучения танцевально-музыкальных образов;

*Предметные:*

* познакомить с основными направлениями и стилями хореографии вместе с соответствующей им базовой терминологией;
* обучить технике выполнения танцевальных элементов и комбинаций различных стилей, а также навыкам их исполнения в нужном ритме, темпе и характере;

**Ожидаемые результаты освоения программы**

**1 год обучения**

**учащиеся будут знать:**

Виды и жанры хореографии (основы);

Понятие изоляция в хореографии;

Классические термины упражнений;

Позиции рук и ног в современной хореографии.

Уровни танца в современной хореографии

**уметь:**

Выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;

Контролировать и координировать свое тело;

Выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии основываясь на литературных и художественных образах.

**Ожидаемые результаты освоения программы**

**2 год обучения**

**учащиеся будут знать:**

Виды и жанры хореографии (углубленно)

Историю создания танцев народов мира;

Термины по современной хореографии;

Лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

**уметь:**

Правильно выполнять программные требования по уровню подготовленности учащихся: движения изолированных центров; взаимосвязь дыхания и движения; упражнения stretch-характера; подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа.

Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;

Выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии основываясь на литературных и художественных образах.

Уметь легко и без стеснения импровизировать на любую музыку, создавая различные образы.

*Личностные:*

* сформируется уважительное отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* овладеют навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

*Метапредметные:*

* освоят способы решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкального и танцевального материала;
* приобретут навыки планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов;

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов | Колич.  часов всего | Базовый уровень | |
| 1 год обучения | 2 год обучения |
|  | Организационный раздел | 16 | 8 | 8 |
|  | Гимнастика | 38 | 18 | 20 |
|  | Основы современного танца | 58 | 28 | 30 |
|  | «Фэнтази-Данс» с элементами импровизации | 38 | 22 | 16 |
|  | Репетиционно-постановочная работа | 164 | 84 | 80 |
|  | Азбука классического танца | 58 | 28 | 30 |
|  | Пластика | 60 | 28 | 32 |
|  | **Итого часов:** | **432** | 216 | 216 |

**Учебно-тематический план 1 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | **Название тем, разделов** | Всего часов | Из них | | Форма контроля/  аттестации |
| Теория | Практика |
| 1 | Организационный раздел | 8 | 2 | 6 | Проверка знаний |
| 2 | Гимнастика | 20 | 6 | 14 | зачет, тест |
| 3 | Основы современного танца | 28 | 6 | 22 | открытый урок-зачет |
| 4 | «Фентази-Данс» с элементами импровизации | 22 | 2 | 20 | Самостоятельная работа |
| 5 | Репетиционно-постановочная работа | 84 | 8 | 76 | Самостоятельное исполнение танца |
| 6 | Азбука классического танца | 28 | 2 | 26 | Зачет, тест |
| 7 | Пластика | 30 | 6 | 24 | Самостоятельная работа |
|  | **Итого:** | **216** | **32** | **188** |  |

**Содержание разделов программы 1 года обучения**

**1.Организационный раздел.**

**1.1. Вводное занятие**

*Теория:* введение в образовательную программу,инструктаж по технике безопасности.

Личная гигиена танцора, гигиена одежды, обуви, прическа, форма для занятий, обувь.

*Практика:* игра-знакомство

*Контроль:* знание техники безопасности.

**1.2. Аттестация** (промежуточная).

*Практика:* выполнение тестовых заданий по пройденному материалу, выполнение контрольных упражнений у станка и на полу.

*Контроль:* техника выполнения упражнений.

**1.3. Итоговое занятие**

*Теория:* подведение итогов за год, обсуждение творческих результатов.

*Практика:* техника выполнения выученных за год элементов гимнастики, развитие растяжки, техника выполнения классического тренажа, элементов современного танца.

***Контроль.*** Умение анализировать свою деятельность. Умение проявлять самостоятельность в решении коммуникативных задач.

**Раздел** ***2. Гимнастика***

*Теория:* беседао развитии физической культуры в современном обществе. История зарождения физической культуры. Физическая культура в системе общего и дополнительного образования. О влияние физических упражнений на организм человека. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья и работоспособности. Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влияние физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм.

*Практика:* разучивание упражнений:

для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;

для развития гибкости плечевого и поясного суставов;

для укрепления мышц брюшного пресса;

для улучшения гибкости позвоночника;

для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;

для улучшения гибкости коленных суставов;

для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;

для исправления осанки;

для развития силы мышц.

приёмы стрейчинга и его назначение;

*Контроль:* знание основных сведений строения организма человека и техники исполнения упражнений. Умение грамотно исполнять упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата

**Раздел** ***3. Основы современного танца***

*Теория*: знакомство с понятием современная хореография и правила выполнения изоляции. Правила выполнения ухода в пол (правильное падение).

*Практика:*

Упражнения на середине зала. Изоляция**.**

Основные позиции рук и ног в современном танце.

Изолированная работа головы в положении стоя (наклоны вперед и назад, наклоны вправо и влево, повороты вправо и влево, zundari вперед, назад, из стороны в сторону).

Изолированная работа рук в положении стоя (кисти, от локтя, от плеча).

Изолированная работа грудной клетки в положении стоя (из стороны в сторону, вперед – назад).

Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя (вперед – назад, из стороны в сторону).

Упражнения в партере.

Изоляция головы, плеч, рук, ног (может исполняться во всех уровнях).

Упражнения stretch-характера (растяжка).

Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот.

Наклоны торсом вперед в «frog» позиции.

Фиксируемые наклоны торса к ногам в первой позиции сидя.

Фиксируемые наклоны торса к ногам во второй позиции сидя.

Выходы на маленькие мостики.

Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, high release.

Упражнение «эмбрион»

Упражнение «звезда»

Упражнение «волна» (руками, корпусом)

Упражнение «уголочки».

Передвижение **(cross).**

Шаги: flat step.

Перекаты на ягодицах.

Колесо

*Контроль:* знание термина изоляция и позиции рук и ног, умение правильно исполнять движение

**Раздел *4. «Фентази-Данс» с элементами импровизации***

*Теория:* объяснения правил игры.

*Практика:* Импульс времени (новинки музыки, хореографии в России и странах Европы), Танцевальная мозаика: «За волшебной дверью», Трансформация, Вспомогательные моменты для создания образов.

*Контроль:* знание правил игр, умение применять творческое мышление в играх

**Раздел *5. Репетиционная-постановочная работа***

*Теория:* Прослушивание музыкального материала для постановки, обсуждение темы постановки, рассуждения на тему «идея постановки», беседа о выразительности исполнителя.

*Практика:* Общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, построений, перестроения, постановка и изучение танца, индивидуальные занятия, отработка чистоты рисунка.

*Контроль:* Умение самостоятельно исполнять сольный танец и танец малых формв концертной программе

**Раздел** 6. ***Азбука классического танца***  
*Теория:* Изучение позиции ног: I, II, III позиции. Постановка тела (корпуса, ног, рук, головы) в I, II, III позициях. Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания пальцев ног (носка). Объяснение правил исполнения прыжка sauté и выполнение его по основным позициям: I, II. Объяснение правил исполнения вращений. Объяснение подготовительных упражнений к вращению.

*Практика:*

Разучивание упражнений у станка:

-battement tendu из I позиции (лицом к станку) по направлениям вперёд, в сторону и назад;

-demi plie в I, II (лицом к станку);

-battement tendu с demi plie;

-relevé – подъём на полупальцы в I, II позициях

-battement tendu с passe partere;

-preparation (подготовка) – открывание руки;

-battement tendu jeté из I позиции (лицом к станку) по направлениям вперёд, в сторону, назад;

-grand plie по I, II позициям (лицом к станку);

-plie relevé (в раскладке и слитно);

-pordebras перегиб корпуса назад, в сторону (лицом к станку).

Прыжки:

Изучение прыжка sauté и выполнение его по основным позициям: I, II,

Вращения.

Изучение правил исполнения вращений. Изучение подготовительных упражнений к вращению.

*Контроль:* знание классических терминов, умение грамотно исполнять комбинации и упражнения.

Тема ***7. Пластика***

*Теория:* понятие «мимика», «пантомима».

*Практика:* игры, развивающие актерские способности.

*Контроль:* знание понятий «мимика», «пантомима»,умение выражать эмоции в танце.

**Учебно-тематический план 2 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название тем, разделов | Всего часов | Из них | | Форма контроля/  аттестации |
| Теория | Практика |
| 1 | Организационный раздел | 8 | 2 | 6 | Проверка знаний |
| 2 | Гимнастика | 20 | 6 | 14 | зачет, тест |
| 3 | Основы современного танца | 30 | 6 | 24 | Открытый урок-зачёт |
| 4 | «Фентази-Данс» с элементами импровизации | 16 | 2 | 14 | тестирование |
| 5 | Репетиционно-постановочная работа | 80 | 10 | 70 | Самостоятельное исполнение номеров |
| 6 | Азбука классического танца | 30 | 2 | 28 | Зачёт, тест |
| 7 | Пластика | 32 | 6 | 26 | Самостоятельна работа |
|  | Итого: | 216 | 32 | 182 |  |

**Содержание разделов программы 2 года обучения**

**1.Организационный раздел.**

**1.1. Вводное занятие**

*Теория:* введение в образовательную программу,инструктаж по технике безопасности.

Личная гигиена танцора, гигиена одежды, обуви, прическа, форма для занятий, обувь.

*Практика:* игра-знакомство

*Контроль:* знание техники безопасности.

**1.2. Аттестация** (промежуточная, по завершению программы).

*Практика:* выполнение тестовых заданий по пройденному материалу, выполнение контрольных упражнений у станка и на полу.

*Контроль:* техника выполнения упражнений.

**1.3. Итоговое занятие**

*Теория:* подведение итогов за год, обсуждение творческих результатов.

*Практика:* техника выполнения выученных за год элементов гимнастики, развитие растяжки, техника выполнения классического тренажа, элементов современного танца

*Контроль.* Умение анализировать свою деятельность. Умение проявлять самостоятельность в решении коммуникативных задач.

**Раздел *2. Гимнастика***

*Теория.* Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

*Практика.* Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе

*Контроль:* знание упражнений на гибкость, выворотность и растяжку, умение грамотно использовать эти упражнения на занятии

**Раздел** ***3. Основы современного танца***

*Теория:* в разделе изоляция объяснение нового понятия – крест, квадрат, круг, полукруг, восьмерка. Правила исполнения flat back, roll down и roll up.

*Практика:*

Развитие подвижности позвоночника.

- Изучение flat back вперед.

- Изучение roll down и roll up.

. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.

- Изучение curve, arch,

Упражнения на середине зала.

-В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест, квадрат, круг, полукруг, восьмерка.

-Использование разноритмических музыкальных произведений при исполнении движений.

-Demi и grand-plie

- Battement tendu.

- Акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты)

Упражнения stretch-характера (растяжка**).**

Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону

Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.

Упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук.

Введение элементарных акробатических элементов: выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты.

Прыжки*:* с одной ноги на другую с продвижением (leap).

Вращения: повороты на двух ногах с удержанием точки в продвижении.

Комбинация**:**танцевальная комбинации, которые включают в себя движения из всех разделов урока.

*Контроль:* знание позиций рук и ног, названий упражнений, умение правильно выполнять движения изолированных центров; использовать техники дыхания; упражнения stretch-характера.

**Раздел 4*. «Фэнтази-Данс» с элементами импровизации***

*Теория:* Правила игры.

*Практика:* Ритм, движение и поиск. Стили, стилизация. Создание художественного образа. *Контроль: знание правил игры,* умение импровизировать.

**Раздел** ***5. Репетиционно-постановочная работа***

*Теория:* Прослушивание музыкального материала для постановки, обсуждение темы постановки, рассуждения на тему «идея постановки», беседа о выразительности исполнителя.

*Практика:* Общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, постановка и изучение танца, индивидуальные занятия.

*Контроль:* умение самостоятельно исполнить сольный танец и танец малых форм в концертной программе

**Раздел 6*. Азбука классического танца***

*Теория:* Изучение V позиции ног. Постановка тела (корпуса, ног, рук, головы) в I, II, III позициях. Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания пальцев ног (носка). Объяснение правил исполнения прыжка sauté и выполнение его по основным позициям: I, II. Объяснение правил исполнения вращений. Объяснение подготовительных упражнений к вращению.

*Практика:*

Разучивание упражнений у станка:

-battement tendu из I позиции (лицом и боком к станку) по направлениям вперёд, в сторону и назад;

-demi plie в I, II и V позициях (лицом и боком к станку);

-battement tendu с demi plie;

-relevé – подъём на полупальцы в I, II позициях и V позициях

-battement tendu с passe partere;

-preparation (подготовка) – открывание руки;

-battement tendu jeté из I позиции (лицом и боком к станку) по направлениям вперёд, в сторону, назад;

-grand plie по I, II и V позициям (лицом и боком к станку);

-plie relevé (в раскладке и слитно);

-pordebras перегиб корпуса назад, в сторону (лицом к станку).

Прыжки:

Исполнение прыжка Temps leve Sauté и выполнение его по основным позициям: I, II, V. Изучение прыжка Changement de pieds по V позиции

Вращения.

Исполнение подготовительных упражнений к вращениям. Изучение вращения **Tour chaine по V позиции**

*Контроль:* знание классических терминов, умение грамотно исполнять комбинации

**Раздел 7*. Пластика***

*Теория: Понятие «импровизация», «композиция»*

*Практика:* игры, развивающие актерские способности

*Контроль:* умение импровизировать, создавать мимический этюд.

**КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Объем учебных часов по годам обучения | Всего учебных недель | Количество учебных дней | Режим работы |
| 1 | 216 | 36 | 108 | 3 занятия по 2 часа/2занятия по 3 часа |
| 2 | 216 | 36 | 108 | 3 занятия по 2 часа2/занятия по 3 часа |

**Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе**

Формы аттестации: наблюдение, опрос, тестирование, контрольное задание, итоговое занятие, отчетный концерт.

Для оценивания результативности обучения по программе используются следующие показатели: теоретическая подготовка учащихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы.

Применяется 10-бальная шкала (низкийуровень:1–3балла, средний уровень: 4–7баллов, высокий уровень:8 – 10 баллов).

Оценивание результативности обучения проводится: входящая аттестация 1–2 недели учебного года, промежуточная аттестация 15–16 недели и 34–35 недели учебного года. По итогам реализации программы проводится аттестация по завершению программы.

**Контрольно- измерительные материалы**

1. **Критерии оценки**

**1 год обучения**

**учащиеся будут знать:** Виды и жанры хореографии (основы); Понятие изоляция в хореографии; Классические термины упражнений; Позиции рук и ног в современной хореографии; Уровни танца в современной хореографии

**уметь:** Выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции; Контролировать и координировать свое тело; Выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии основываясь на литературных и художественных образах; Слышать и чувствовать музыку.

**2 год обучения**

**учащиеся будут знать:** Виды и жанры хореографии (углублено)Истории создания танцев народов мира;Классические термины упражнений**;** Термины по современной хореографии;Лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

**уметь:** Правильно выполнять программные требования по уровню подготовленности учащихся: движения изолированных центров; взаимосвязь дыхания и движения; упражнения stretch-характера; подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа. Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; Выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии основываясь на литературных и художественных образах. Уметь легко и без стеснения импровизировать на любую музыку, создавая различные образы; Сопереживать, осуществлять взаимовыручку и поддержку.

1. **Критерии оценки реализации программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | Наименование критерия |
| Предметные | Теория | Учащиеся знают:   * танцевальную терминологию; * виды и жанры танца * классические термины * позиции рук и ног в современной хореографии |
| Практика | Учащиеся умеют:   * Контролировать и координировать свое тело * Выражать свои ощущения используя язык хореографии * Слышать и чувствовать музыку * Выполнять упражнения на изоляцию * Выполнять упражнения stretch-характера * Импровизировать |
| Метапредметные | | *Познавательные* (учащийся будет уметь самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера) |
| *Регулятивные* (у учащегося будут развиты навыки целеполагания, планирования, контроля, оценки, саморегуляции.) |
| *Коммуникативные* (учащийся будет уметь планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками, разрешать конфликты, уметь выражать свои мысли.) |
| Личностные | | У ребенка будут сформированы волевая активность, трудолюбие, дисциплинированность, художественный вкус и положительная «я-концепция», потребность в здоровом образе жизни. |

1. **Критерии оценки для входящей аттестации**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2 год обучения | | Наименование критерия для входящей аттестации |
| Предметные | Теория | Знатьтехнику выполнения основных упражнений на середине зала; роль классического танца в хореографии; понятие изоляции в хореографии; позиции рук и ног. |
| Практика | Уметь правильно выполнять упражнения силовой гимнастики; выполнять основные элементы классического тренажа; Контролировать и координировать свое тело; Выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии; Слышать и чувствовать музыку. |

1. **Оценочные материалы**

**Оценивание предметных результатов обучения по программе:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели**  **(оцениваемые параметры)** | **Критерии** | **Методы диагностики** | **Степень выраженности оцениваемого ка чества** | | |
| **Низкий уровень**  **(1-3 балла)** | **Средний уровень**  **(4-7 баллов)** | **Высокий уровень**  **(8-10 баллов)** |
| Теоретические знания по основным разделам программы | Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям | Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др. | Учащийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой | Объем усвоений знаний составляет более | Учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период |
| Практические умения и навыки, предусмотренные программой | Соответствие практических умений и навыков программным требованиям | Контрольное задание | Практические умения и навыки неустойчивые, требуется постоянная помощь по их использованию | Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога | Учащийся овладел в полном объеме практическими умениями и навыками, практические работы выполняет самостоятельно, качественно |

**Оценивание метапредметных результатов обучения по программе**:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели**  **(оцениваемые параметры)** | **Критерии** | **Методы диагностики** | **Степень выраженности оцениваемого качества** | | |
| **Низкий уровень**  **(1-3 балла)** | **Средний уровень**  **(4-7 баллов)** | **Высокий уровень**  **(8-10 баллов)** |
| Учебно-познавательные умения | Самостоятельность в решении познавательных задач | Наблюдение | Учащийся испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога | Учащийся выполняет работу с помощью педагога | Учащийся выполняет работу самостоятельно, не испытывает особых затруднений |
| Учебно-организационные умения и навыки | Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку | Наблюдение | Учащийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, собственные возможности оценивает с помощью педагога | Учащийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществляет самоконтроль | Учащийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно осуществляет самоконтроль |
| Учебно-коммуникативные умения и навыки | Самостоятельность в решении коммуникативных задач | Наблюдение | Учащийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога | Учащийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей | Учащийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать учебное сотрудничество |
| Личностные качества | Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению | Наблюдение | Сформировано знание на уровне норм и правил,  но не использует на практике | Сформированы, но не достаточно актуализированы | Сформированы в полном объеме |

**Условия реализации программы**

**Материально-технические ресурсы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Количество** |
| 1 | Хореографический класс (станки, зеркала, помещения для переодевания) | 1 |
| 2 | Аппаратура для воспроизведения и усиления звука | 1 |
| 3 | Аудиоаппаратура (музыкальные колонки) | 1 |
| 4 | Музыкальные инструменты: фортепиано. | 1 |

**Информационные ресурсы**: оргтехника, интернет-ресурсы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Количество** |
| 1 | Компьютер (планшетный) | 1 шт. |
| 2 | Флэш-накопитель (USB) | 1 шт. |
| 3 | Интернет-соединение |  |

**Расходные материалы** (приобретаютсяучащимися самостоятельно)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Количество** |
| 1 | Форма для занятий | 1 |
| 2 | Спортивный коврик для упражнений на полу | 1 |

**Методические ресурсы**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название |  |
| 1 | Учебные пособия | 1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-Пресс, 2000. – 263 стр.  2. Ермолаева-Томина Л. Б. Психология художественного творчества. – М., 2005  3. Зимина А. Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8  лет. М., 1998  4. Комарова Т. С. Условия и методика развития детского творчества. – М., 1994 |
| 2 | Художественная литература | Баланчин Д.,Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете / Пер.с англ.У.Сапциной. – М:КРОН-  ПРЕСС,2000. – 494 стр. |
| 3 | Медиатека | Видеотека:  1. Детский шоу-балет «Экситон». Концертные выступления. 2010г.  2. «Конкурсная детская хореография», «Русский танец», «Детские танцы», «Ритмическая мозаика» И. А. Буренина |
| 4 | Электронные образовательные ресурсы | <http://ddut-penza.ru/forteachers/>  http://pandia.ru/text/category/horeograf/ |
| 5 | Методические материалы | Методические материалы по ритмике:  1. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск 1 – М.: «Музыка», 1972  2. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск 2 – М.: «Музыка», 1972  3. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Выпуск 2 – М.: «Музыка», 1972 |
| 6 | Дидактические материалы | Методические пособия, разработки, статьи, сборники, доклады, тезисы выступлений, презентации по хореографическому искусству. Литература по детской психологии и педагогике. Методические видеоматериалы. Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов. |

**Кадровые ресурсы**: педагог дополнительного образования.

**Использование дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительной общеобразовательной программы**

Возможна реализации программы в дистанционном формате. Занятия проходят на площадке социальной сети ВКонтакте в сообществах объединений и на платформе Zoom. При разработке дистанционного занятия принимается во внимание изолированность учащихся. Учебные материалы сопровождаются необходимыми пояснениями и инструкциями.

**Воспитывающая деятельность**

Приоритетной задачей в сфере воспитания учащихся является развитие высоконравственной личности, разделяющей традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Общая цель воспитания - личностное развитие учащихся, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе общественных ценностей;

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;

3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитательная работа в рамках программы «Танцуем с улыбкой» реализуется в соответствии с календарным планом воспитательной работы, который разрабатывается на основе рабочей программы воспитания МБОУДО «ДД(Ю)Т» г. Пензы и включает следующие направления:

* гражданско-патриотическое и правовое воспитание;
* духовно-нравственное, эстетическое воспитание;
* физическое воспитание и формирование культуры здоровья;
* экологическое воспитание;
* популяризация научных знаний и профессиональное самоопределение;
* культура семейных ценностей.

**Подпрограмма «Сохраняем. Любим. Бережём»**

Цель – формирование у учащихся высокого уровня духовно-нравственного развития, чувства причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России.

Задачи:

- создание условий для совместной деятельности педагогов, родителей и учащихся в области изучения и пропаганды культуры, обычаев и традиций народов, населяющих Россию;

- формирование и развитие интереса к народной культуре со стороны всех участников образовательного процесса;

- формирование у учащихся сознания необходимости изучения и сохранения культурного наследия предков.

Формы воспитательной работы – очные и заочные экскурсии, работа с научными источниками, организация выставок.

Планируемые результаты:

- воспитание у учащихся потребности в освоении ценностей общечеловеческой и национальной культуры, развитии эстетического вкуса, создании и приумножении ценностей духовной культуры;

- осознанное принятие личностью традиций, ценностей, особых форм культурно-исторической, социальной и духовной жизни народов, населяющих Пензенскую область;

- рост популярности прикладных видов творчества;

- профессиональное самоопределение учащихся.

**Подпрограмма по взаимодействию с семьей «Мы вместе»**

Цель – активное включение родителей в образовательный процесс, досуговую деятельность, сотрудничество с учащимися и педагогами.

Задачи:

- формирование активной педагогической позиции родителей.

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей;

- формирование опыта гуманных эмоционально нравственных отношений детей и родителей.

Формы воспитательной работы – очные и заочные экскурсии, работа с научными источниками, организация выставок.

Планируемые результаты:

- активное участие родителей (законных представителей) результаты в организации и проведении массовых мероприятий;

- наличие эффективной системы взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся;

- удовлетворенность родителей (законных представителей) спектром и качеством дополнительных образовательных услуг, предоставляемых Дворцом детского (юношеского) творчества, созданными условиями для творческого развития личности учащегося.

**Приложение 1**

**Адажио** (Adagio)(итал.) — медленно, спокойно. Обозначение медленного темпа.

**Ан дедан** (an dedans ) – Внутрь, в круг.

**Ан деор** ( An dehors ) – Наружу, из круга.

**Аллегро** (Allegro), (итал.) — веселый, радостный. Быстрый, оживленный музыкальный темп.

**Ан турнан** (An tournan)– С поворотом.

**Ан фасе**(An fasse) – Прямо.

**Апломб** (Aplomb),— равновесие, самоуверенность. Умение сохранять в равновесии все части тела.

**Арабеск** (Arabesques),— Одна из основных поз классического танца — поднятая назад нога с вытянутым коленом.

**Асамбле**( Pas Assemble ) – прыжок из 5 позиции с выносом ноги на 45%, «собрать»  ноги в воздухе и приземлится в 5 позицию

**Аттитюд** (Attitudes)— поза - согнутое колено поднятой и отведенной назад ноги.

**Батман**(Battement— биение. Группа движений работающей ноги.

**Батман тандю** ( Bettements tendus) – Отведение и приведение стопы.

**Батман тандю жете**( Bettements tendu jete) – Резкий бросок ноги на 45%

**Батман сутеню**(Battement soutenu) – Движение с подтягиванием ног

**Батман фондю**(Battement fondu )- Тающий батман

**Батман фрапе**(Bettement frappe ) – Ударное приведение стопы

**Бурре** (Bourree), па-де-бурре— набивать. Мелкие танцевальные шаги.

**Гран**(Grand)— большой. Обозначает максимально выраженную сущность движения.

**Гран батман жете**(Grands Battements Jetes )- Резкий бросок ноги на 90%.

**Деми**(Demi)— полу-, наполовину. Этот термин указывает на исполнение только половины движения.

**Девелюпе** (Developpes) – Медленное разгибание ноги на 90% и выше

**Дубль**— двойной. Термин указывает на двойное исполнение па.

**Жете**(Jete)— бросать, кидать. Термин относится к движениям, исполняемым броском ноги.

**Круазе** (Croisee)— скрещенный. Одно из основных положений классического танца, в котором линии скрещиваются.

**Купе** (Coupe) – Быстрая подмена одной ноги другой

**Пар терр** (par terre)— на земле. Термин, указывающий на то, что движение исполняется на полу.

**Па-де-баск** (Pas de basque)— шаг баска. Вид прыжка с одной ноги на другую.

**Па де буре** (Pas de bourree) – Переход из 5 в 5 позицию, ноги на ку де пье

**Па-де-ша** (Pas de chat)— шаг кошки. Прыжковое движение, имитирующее легкий, грациозный прыжок кошки.

**Пассе** (Passe)- Проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполнятся по 1 на полу на 45% и 90%

**Пор де бра** (Port de bras) – Упражнение для корпуса, рук и головы

**Пике** – (Pike) Уколоть

**Пуанте**(Puante)– Носок

**Пти батман** (Petit battement) – маленький батман на щиколотке опорной ноги

**Пти**— маленький. Термин, применяемый для обозначения малых движений.

**Пируэт**— юла. Один оборот вокруг своей оси танцовщика, стоящего на одной ноге. Два или три оборота — это соответственно два или три пируэта и т.д. В женском же танце все виды вращений носят название «тур».

**Плие**(Plie)— сгибать. Приседание на двух или одной ноге. Гран плие — глубокое приседание до предела, с отрывом пятки от пола; деми плие — не отрывая пяток от пола.

**Препарасьон**— приготовление. Подготовительные движения для исполнения пируэтов, прыжков и других сложных па.

**Релеве**— поднимать. Подъем на полупальцы или пальцы.

**Релеве лянд**( Releve lend ) – Медленное поднимание ноги на 90% и выше

**Ронд де жамб ан лер**(Rond de jambe en lair),(фра – Круг ногой в воздухе

**Ронд де жамб пар тер**( Rond de jambe par terre )– круг ногой по полу

**Сисон симпль (**Sisson simple) прыжок с двух ног на одну

**Сисон фарме**(Sisson fermeе)– Прыжок с обеих ног с раскрыванием одной ноги на 90%, другая в пол и приземление в пятую позицию

**Симпль** (Simple) простой прыжок

**Соте** (Sote)– Прыжок с обеих ног на обе

**Сюр ле ку де пье**(Sur le cou-de-pied ) на щиколотке опорной  ноге

**Танлие** (Temps lie par terre)- Серия слитных взаимосвязанных движений развивающих координацию движений рук, ног, корпуса и головы

**Тербушон** – Поза «Атитюд» только вперед.

**Тур** (Tour),(франц.) — оборот, поворот. Поворот тела вокруг вертикальной оси на 360 градусов. Имеется множество разновидностей. В женском танце тур — то же самое, что у мужчин пируэт.

**Фуэте** ( Fouette)— хлестать. Термин обозначает ряд танцевальных па, напоминающих движения хлыста, крутящегося или резко распрямляющегося в воздухе.

**Шассе** ( Chasse)— охотиться, гнаться. Прыжок с продвижением, при исполнении которого одна нога как бы догоняет другую.

**Шажман де пье**(Changement de pieds) Прыжок, перемена ног в воздухе по 5 позиции.

**Экарте** (Ecartee)— раздвигать. Поза классического танца, в которой тело танцовщика развернуто по диагонали, а нога поднята в сторону.

**Эпольман** (Epaulement) –диагональное положение тела в точку 2 и 8

**Эффасе** (Effacee)— сглаживать. Одно из основных положений в классическом танце. Определяется раскрытым, развернутым характером позы, движения.

**Эшапе** (Echappe) Прыжок с переменой ног в воздухе из 5 во 2.

**Термины современного танца.**

**ARCH** (Aрч) -  Арка, прогиб торса назад.

**BODI ROLL** (Боди ролл) – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой,  или фронтальной плоскости ( синоним «Волна»).

**BOUNCE**(Баунс) – трамплинное покачивание вверх—вниз, в основном происходит либо  за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

**BRUCH**(Браш) – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

**CONTRACTION**(Контракшн) – Сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

**CORKSCREW TURN**(Корскру повороты) – «Штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

**CURVE** (Кёрф) – Изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

**DEEP BODY BEND** (Диип боди бэнд) – наклон вперед торсом ниже 90 градусов, сохраняя прямую линию торса и рук.

**DEEP CONTRACTION** (Диип контракшн) -  Сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочления, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

**DROP** (Дроп) – Падение расслабленного торса вперед или всторону.

**FLAT BACK** (Флет бэк) – наклон торса вперед, в сторону (на 90 гр.) назад с прямой спиной, без изгиба торса.

**FLAT STEP** (Флэт степ) – Шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

**FLEX**(Флекс) – Сокращенная стопа или кисть.

**FROG POSITION** (Фрог-Позишн) – Позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

**HIGH RELEASE** (Хай Релиз) – Высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

**HIP LIFT** (Хип Лифт) – Подъем бедра вверх.

HOP (Хоп) – Шаг- подскок, «Работающая» нога обычно в положении у колена.

**JACK KNIFE** (Джек Найф) – Положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

**JAZZ HAND** (Джаз Хенд) – Положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

**JELLI ROLL** (Джелли Ролл) – Движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (Синоним – шейк пелвиса.)

**JERK POSITION** (Джек Позишн) – Позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья распологаются параллельно полу.

**JUMP** (Джамп) – прыжок на двух ногах.

**KICK**(Кик) – бросок ноги вперед или в сторону на 45 градусов или 90 через вынимание приемом «Девелюпе».

**LAY OUT** (Лэй Аут) – положение, при котором нога, открытая на 90 градусов в сторону или назад, и торс составляют одну прямую линию.

**LEAP** (Лиип) – Прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

**LIFT** (Лифт) – поднимать двигательный центр.

**LOKOMOTOR** (Локомотор) – Круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

**LOW BACK** (Лоу Бэк) – Округление позвоночника в пояснично- грудном отделе.

**POINT** (Поинт) – Вытянутое положене стопы.

**PRANCE**(Пранс) – Движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения на полупальцах.

**RELEASE** (Релиз) – Расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

**ROLL DOWN** (Ролл Даун) – Спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

**ROLL UP** (Ролл Ап) – Обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

**SHAKE**(Шейк) – трясти.

**SHIMI** (Шимми) – Спиральное, закручивающее движение пелвисом вправо и влево.

**SKEDE** (Скид) – волочение по полу ненагруженной стопы.

**SIDE CONTRACTION** (Сайд Контрашн) – Боковое сжатие в торсе.

**SIDE STRETCH** (Сайд Стрейч) – Боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

**STEP BALL CHANGE** (Стэп Болл Чендж) – Связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах(синоним па де буре).

**SUNDARI** (Зундари) – Движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

**Свинговое раскачивание** – Раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

**THRUST** (Фраст) – Резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

**TILT** (Тилт) – Угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «работающая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90 градусов и выше.

**Список литературы**

1. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность - М.: Академия, - 2000г. - 624с.  
2. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование - Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев - Дубна, 1997г. - 206с.   
3. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. учебн. заведений. Т.1. Общие основы психологии. - М.: Просвещение: Владос, 1994. - 576 с.  
4. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Ярославль: Академия развития, 1997.  
5. Пинт А.О. Высокое призвание. М, 1973.  
6. Прибылое Г.Н. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов. М., 1984.  
7. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. - 80 с.  
8. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 2003. - 256 с.: ил.   
9. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана - М.: ОЛМА - ПРЕСС, 20047. - 224с.  
10. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн - М.: Учпедгиз, 1946г. - 704с.  
11. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика. - 1991. - 160 с.  
12. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. М., 1981.  
13. Спарджер С. Телосложение и балет. Лондон, 1958.  
14. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов - М.: Академия, 2004г. - 336с.  
15. Станиславский КС Полное собрание сочинений: В 8 т. М., 1958. Т. 5.  
16. Станиславский КС. Этика. М., 1981.  
17. Сухомлинский В.А. Избранные педагогические сочинения: В Зт. М, 1981.Т. 3.  
18. Тарасов Н.И. Классический танец. М., 1975.   
19. Тарасов Н.И. Классический танец. 3-е изд. - СПб.: Издательство «Лань». - 2005. - 496 с.: ил.  
20. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. - М.: Наука. 2000. - 230 с.  
21. Ухтомский А. Общая психология: Учебник. - М.: Просвещение. 1970. - С. 117.  
22. Халфина С. Воспоминания мастеров московского балета. - М.: Искусство. - 1990. С. 39.  
23. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство. - 2005. с ил.  
24. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. - 2000. №2. С. 34-37.   
25. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. - М.: Релиз. - 2004. - 340 с.  
26. [http://www.webkursovik.ru](https://vk.com/away.php?utf=1&to=http://www.webkursovik.ru)   
27. Министерство образования РФ – [электронный ресурс]  
28. Ансамбль народного танца имени Ф. Гаскарова - [http://www.gaant.ru](https://vk.com/away.php?utf=1&to=http://www.gaant.ru)  
29. Школа современного танца и балета - [http://tancpole.ru](https://vk.com/away.php?utf=1&to=http://tancpole.ru)  
30. Все для хореографов и танцоров - [http://www.horeograf.com](https://vk.com/away.php?utf=1&to=http://www.horeograf.com)  
31. Танцевальная ритмика Суворовой - [http://deti-ritmika.ru](https://vk.com/away.php?utf=1&to=http://deti-ritmika.ru)