

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
г. Иркутска Дом детского творчества № 2

Утверждена приказом
№ 47- од от 28.08.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
«Перетопы»

Адресат программы: 10 – 14 лет
Срок реализации: 1 год,
2026-2027 учебный год
Направленность программы:
Художественная
Уровень: базовый
Разработчик программы:
Стафеева Елена Петровна
Педагог дополнительного образования

Иркутск, 2026

Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Перетопы» предназначена для детей 10–14 лет, имеющих предварительную хореографическую подготовку, успешно освоивших предыдущие ступени обучения и подтвердивших свой уровень успешным участием в различных конкурсах и фестивалях. Это накладывает особую ответственность на содержание программы. Она составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся, ориентирована на их заинтересованность в продолжении обучения в ансамбле танца «Колокольчики».

С учетом реализации программы развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного процесса Дома творчества» содержание образовательной деятельности программы «Перетопы» для обучающихся направлено на реализацию регионального компонента и осуществляется через совместную деятельность педагога с детьми, самостоятельную деятельность детей, сотрудничество с Центрами народного творчества и привлечение родителей с учетом специфики социальных и природных особенностей региона. Процесс освоения материала осуществляется поэтапно, опираясь на знания, полученные на первоначальном этапе обучения, и постепенно расширяясь до регионального и национального уровней.

В основе программы наряду с прохождением нового материала - закрепление и совершенствование знаний, умений и навыков, полученных в предыдущие периоды. Большое внимание на занятиях уделяется совершенствованию координации, танцевальности, отработке техники движений, повышению профессионального мастерства, художественной выразительности, артистизма, сценической культуры и творческого самовыражения. Эта работа ведется по всем направлениям обучения. Непрерывность и преемственность образовательного процесса в ансамбле танца «Колокольчики» базируется на сохранении и последовательном обогащении тематики программы от уровня к уровню, которые взаимосвязаны и дополняют друг друга. Таким образом, обучающиеся имеют возможность полноценного обучения искусству хореографии. Выбор репертуара ведётся с учётом воспитательной работы, соответствует направлению деятельности ансамбля и организационной форме. Репертуар связывается с близкими и перспективными задачами творческой деятельности коллектива, что обеспечивает непрерывность роста профессионального мастерства участников коллектива.

Воспитательная работа с обучающимися данного уровня строится на формировании гражданской идентичности, ответственного отношения к репутации коллектива, дисциплины, взаимовыручки и умения работать в команде. Участие в конкурсах и победы в них рассматриваются не только как достижение, но и как стимул для дальнейшего творческого роста.

Направленность программы: художественная.

Уровень: базовый

Актуальность программы и педагогическая целесообразность.

Официальная статистика Министерства здравоохранения РФ за 2024–2025 гг. фиксирует тревожную динамику состояния здоровья детей. За последние годы значительно выросло число «школьно-обусловленных» заболеваний. Среди них особенно выделяются болезни опорно-двигательного аппарата (сколиоз, нарушение осанки) и к старшим классам их распространённость возрастает в 3-4 раза. В связи с этим, когда гиподинамия и недостаток движения становятся прямой угрозой здоровью нации, необходимость двигательного развития детей приобретает актуальную социальную значимость. Занятия хореографией вносят свой существенный вклад в дело оздоровления подрастающего поколения. Они дают детскому организму физическую нагрузку, сравнимую с нагрузкой нескольких видов спорта. А музыкальное сопровождение делает занятия насыщенными, интересными, повышает эмоциональный тонус детей, усиливая психофизическое воздействие музыки и движения на организм ребёнка. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. Занятия помогают воспитывать волевые качества и характер человека. Мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий хореографией по данной программе, приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей. Включение регионального компонента в образовательную деятельность диктуется культурной и образовательной политикой государства, законом «Об образовании», программой развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного процесса Дома творчества» и отражено в содержании общеразвивающей программы «Сибирская круговерть-26» в области хореографического искусства.

Педагогическая целесообразность программы «Перетопы» определена тем, что ориентирует обучающегося на приобщение его к танцевально-музыкальной культуре, на применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в концертной деятельности, на улучшение своего образовательного результата. Это, в свою очередь, возможно только при условии высокой активности и заинтересованности самого учащегося. Особенно благоприятно действуют на детей собственные успехи, победы в конкурсах и фестивалях, которые укрепляют их веру в свои

силы и возможности, способствуют самоутверждению, помогают повысить самооценку и эмоциональную устойчивость, что является хорошей психологической подготовкой к различным жизненным ситуациям и дает хорошую базу для дальнейшего успешного развития личности ребенка.

Новизна.

Новизна программы заключается в использовании разновозрастного состава (10–14 лет), как творческого и методического ресурса при разработке алгоритмов работы с таким коллективом и определяется нацеленностью на результат высокого уровня при сохранении доступности для детей разного возраста. Программа предлагает конкретные приёмы: дифференцированный по сложности репертуар для разного возраста, систему «старший помогает младшему», репертуар с партией для каждого ребёнка; увеличение количества часов, отводимых на репетиционную работу, что позволяет более детально и тщательно отработать каждую танцевальную постановку, а также подготовить коллектив к концертной и конкурсно-фестивальной деятельности различного уровня. Это позволяет не только обучать танцам, но и сохранять контингент, укреплять коллектив и давать детям чувство успеха.

Адресат программы: программа ориентирована на учащихся 10 -14 лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей обучающихся.

Возраст 10–14 лет является переходным периодом от младшего школьного к подростковому возрасту. Он характеризуется интенсивным физическим, психологическим и социальным развитием, что требует особого внимания при организации занятий хореографией, особенно в разновозрастном коллективе с высокими конкурсными задачами.

Физическое развитие

Активный рост костей и мышц, удлинение конечностей. Возможны временные нарушения координации («подростковая угловатость»), что требует терпения при отработке техники движений. Развитие мышечной силы и выносливости. Обучающиеся способны выполнять более сложные элементы: прыжки, вращения, дробные комбинации, поддержки. Совершенствуется чувство ритма, координация, ловкость, гибкость. В 10–11 лет эти качества интенсивно развиваются, к 13-14 годам достигают уровня, близкого к взрослому.

Психологическое развитие

Формируется абстрактное мышление, способность к самоанализу и рефлексии. Обучающиеся могут осмысленно оценивать свои ошибки и работать над их исправлением. Развивается произвольное внимание – дети способны длительно концентрироваться на сложных задачах (отработка комбинаций, репетиция номера). Повышается значимость социального окружения – мнение сверстников становится важнее мнения взрослых. Это

может, как помогать (поддержка в коллективе), так и мешать (страх «быть не такими, как все», что особенно актуально для народного танца в регионе, где он не является престижным). Формируется самооценка. Успехи и победы в конкурсах в этом возрасте особенно сильно влияют на уверенность в себе. Неудачи могут привести к потере мотивации.

Учитывая особенности физического и психологического развития обучающихся этого возраста - способность усваивать сложные хореографические комбинации, работать над выразительностью, артистизмом, осмысленно интерпретировать образы, - педагогам рекомендуется проводить работу по формированию у детей устойчивого интереса к народному танцу, подкрепляя его видимыми результатами (концерты, конкурсы, победы), что, в свою очередь, сможет удовлетворить их потребность в самоутверждении и признании.

Методика комплектования группы.

Прием детей осуществляется на основании письменного заявления от родителей, согласия на обработку персональных данных детей и родителей, медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка, а также с учетом расписания образовательного учреждения (школа), которое посещает обучающийся.

Основу группы составляют дети, прошедшие обучение по предыдущим программам, но возможно зачисление детей, не прошедших предыдущее обучение: имеющих опыт занятий в хореографических кружках или обладающих выраженными способностями. Они могут быть зачислены на основании диагностики (входного тестирования) их умений и навыков. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала.

Срок освоения программы: 1 год обучения, 36 недель, 9 месяцев.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса.

При возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий. Допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, исходя из индивидуально-психологических, физических или иных особенностей и состояния учащихся, а также смещение тем в условиях обучения в дистанционном режиме. Применяется индивидуальная форма работы с солистами, с одаренными детьми или с обучающимися, которые недостаточно хорошо усвоили материал программы. Проводятся сводные занятия для репетиций танцевальных постановок, в которых участвуют дети из разных групп или обучающиеся по разным программам, и для отработки общего учебного материала, связанного с репертуарным

планом объединения. Основные требования к обучающимся: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность. Возможно обучение с использованием дистанционных образовательных технологий в связи с непредвиденными обстоятельствами (болезнь, эпидемии и т.д.)

Состав группы: 8-10 человек

Режим занятий: 4 раза в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями 10 минут.

Цель программы: Приобщение ребенка к танцевальной и музыкальной культуре своего народа, через развитие двигательных и художественно-творческих способностей детей

Задачи:

Обучающие:

- изучать упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца и правила их исполнения;
- продолжать изучать танцевальную терминологию на французском языке;
- продолжать изучать движения народно-сценического танца;
- обучать умению работать в паре с партнёром и в ансамбле.

Развивающие:

- продолжать развивать двигательные функции (выворотность ног, гибкость корпуса, танцевальный шаг, прыжки);
- развивать четкую координацию движений с помощью одновременной и разнообразной работы рук, ног, корпуса, головы;
- развивать познавательную активность, творческую самостоятельность;
- развивать творческое воображение, фантазию, наглядно образное и ассоциативное мышление, художественный вкус;
- развивать артистичность исполнения, эмоциональность, осмысление танцевальных движений, понимание их как средства выражения человеческих мыслей и чувств; полного слияния формы выражения с характером музыки;
- развивать необходимые психологические качества танцора - актёра: внимание, быстрота реакции, развитое воображение, умение быть раскрепощенным и свободным в обыгрывании танца на сцене.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к своей Родине, к своему народу;
- воспитание дисциплины и внимания, аккуратности, прививать эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- воспитывать трудолюбие, терпение, настойчивость, упорство, готовность постоянно совершенствоваться;
- воспитывать навыки общения в коллективе, уважительного отношения между обучающимися.

Комплекс основных характеристик программы.

Объём программы - общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 1 год обучения: занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа 6 x 36 недель = 216 часов, и 1 раз в неделю по 2 часа x 36 недель = 72 часа – сводные репетиционные занятия. Всего: 288 часов.

Содержание программы.

Раздел 1. Подготовительно - развивающие упражнения (разминка) (15 час):

Тема 1. «Упражнения для улучшения гибкости шеи» (2.5);

Тема 2. «Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов» (2.5);

Тема 3. «Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья» (2.5);

Тема 4. «Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья» (2.5);

Тема 5. «Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра» (2.5);

Тема 6. «Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы» (2.5);

Обучение в этом разделе начинается с инструктажа по технике безопасности, правилам поведения при пожаре, правилам поведения на занятии и беседы по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних. Данный раздел программы нацелен на формирование двигательных навыков и подготовку детей к собственно танцевальной деятельности. Существующие упражнения, в практике называемые разминкой, включают движения всех частей тела от головы до ног и обязательны в начале каждого занятия. Это означает, что каждое занятие необходимо начинать с 5–10 минутного комплекса упражнений, которые позволят привести двигательный аппарат в «рабочее» состояние.

Форма контроля: наблюдение педагогом за грамотным и качественным выполнением обучающихся комплекса упражнений во время проведения разминки. Обучающиеся должны знать порядок движений разминки и уметь выполнять комплекс упражнений в группе и самостоятельно (под наблюдением педагога).

Раздел 2. Партерный экзерсис (34 часа)

Тема 1. «Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела» (4);

Тема 2. «Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса» (4);

Тема 3. «Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения его гибкости» (4);

Тема 4. «Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног» (4);

- Тема 5. «Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы» (4);
Тема 6. «Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса» (4);
Тема 7. «Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага» (5).
Тема 8. «Растяжки» (5).

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц, прекрасно развивают мышцы спины, живота, выворотность ног от тазобедренного сустава до голеностопа, гармонично формирует мышечную массу, значительно увеличивая силу мышц, амплитуду шага, вырабатывают точность координации. При этом поставленная цель достигается без особой нагрузки на позвоночник, без напряжения всего тела, т.к. упражнения выполняются, лёжа на спине или на животе, и при работе конкретной группы мышц, остальные части тела спокойны и расслаблены. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно – характерному экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения. В основе упражнений на полу лежит пройденный материал за предыдущие годы обучения. Увеличивается количество некоторых упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечка», «шпагатов». Усилены занятия с применением «шпагатов».

Форма контроля: После изучения упражнений раздела обучающиеся, под наблюдением педагога, выполняют практические задания, направленные на закрепление полученных знаний. Например, показать правильное выполнение круговых движения стопой с объяснением правил выполнения и значимости этого упражнения.

Раздел 3. Экзерсис у станка народно сценического танца. (40 час)

- Тема 1. «Позиции ног» (2);
Тема 2. «Позиции и положения рук» (2);
Тема 3. «Упражнения на развитие подвижности стопы» (2);
Тема 4. «Маленькие приседания (plie)» (3);
Тема 5. «Полные приседания (plie)» (3);
Тема 6. «Скольжение стопой по полу (battement tendu)» (3);
Тема 7. «Маленькие броски (battement tendu jete)» (3);
Тема 8. «Круговые движения (rond de jambe)» (3);
Тема 9. «Развороты ноги» (3);
Тема 10. «Каблучные упражнения» (3);
Тема 11. «Подготовка к «верёвочке» (3);
Тема 12. «Повороты стопы, «зигзаги» (pas tortille)» (3);
Тема 13. «Дробные выстукивания» (3);
Тема 14. «Большие броски (grand battement)» (4).

Урок народно-сценического танца начинается с экзерсиса у станка. Он должен быть целенаправлен и методически выстроен, так как в экзерсисе

разносторонне развивается весь организм обучающегося, в частности его двигательный аппарат, к которому относятся как кости и их соединения, суставы, связки, так и мышцы. По технологии и психофизической природе элементы народно-сценического экзерсиса более естественны и опираются на развитый классикой пластический аппарат исполнителя. Упражнения экзерсиса у станка содействуют развитию подвижности в суставах, укреплению и эластичности связок, развивают определенные группы мышц, особенно те, которые недостаточно заняты в упражнениях классического танца. Помимо того, на этих занятиях тренируется нервная система, которая играет ведущую роль в выполнении движений и регулирует всю деятельность двигательного аппарата. Упражнения экзерсиса у станка повышают техническую сторону танца, вырабатывают силу и гибкость, мягкость и точность движений, подготавливают к восприятию движений народных танцев на середине зала, развивают выразительность, танцевальность, прививают ощущение характерных особенностей народного танца. Необходимо чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключая нагрузку с одних групп мышц и связок на другие. В зависимости от степени трудности следует создавать полезное и логическое сочетание движений, с учетом целей и задач обучения. Степень сложности упражнения: зависит от количества участвующих в упражнении мышечных групп и от координации их деятельности.

Форма контроля: Фронтальный опрос о правилах исполнения движений у станка. Взаимоконтроль и взаимопроверка посредством метода группового сотрудничества. Например, группа делится на пары и обучающиеся проверяют друг у друга выполнение заданного упражнения у станка. Они должны не просто исправить выявленные ошибки, но и обосновать исправление – объяснить правила и условия их применения.

Раздел 4. Народно-сценический танец (55час)

Тема 1. «Позиции и положения рук» (3);

Тема 2. «Танцевальные ходы и танцевальный бег» (4);

Тема 3. «Верёвочка в сочетании с другими танцевальными элементами» (5);

Тема 4. «Подбивки» (5);

Тема 5. «Маятникообразные движения» (4);

Тема 6. «Голубец» (5)

Тема 7. «Дробные движения» (6);

Тема 8. «Вращения на месте» (5);

Тема 9. «Вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях» (5);

Тема 10. «Прыжки» (4);

Тема11. «Танцевальные комбинации, усложнённые движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы» (5);

Тема 12. «Отработка движений, разученных в предыдущий период» (4).

Предлагаемый материал предназначается для разучивания на середине зала. Но некоторые движения, требующие выработки устойчивости,

например, при переводе тяжести корпуса с одной ноги на другую или при подмене ноги на подскоке, в прыжке и т.п., необходимо вначале разучить у станка. К таким движениям можно отнести прыжки, «верёвочки» «голубцы» и ряд других. На основе отдельных элементов и движений постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые в дальнейшем усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца. Важно от занятия к занятию логично переходить от одного движения к другому, усложняя и развивая технику исполнения, танцевальность. Лишь при условии постепенности и последовательности в обучении вырабатываются сила, выносливость, а также приобретаются навыки и умения. Исполнение разучиваемых элементов народного танца должно быть художественно-выразительным, как и сам танец. При разучивании поворотов и вращений необходима отработка точности и четкости остановки после верчений.

Форма контроля: Проверка домашнего задания. Зачёт, который проводится с целью отслеживания на различных этапах знаний, умений и навыков. Строится на сочетании индивидуальных, групповых и фронтальных форм. В ходе зачета обучающиеся выполняют контрольные задания (теоретические и практические), направленные на закрепление полученных знаний.

Раздел 5. Постановочно - репетиционная работа (144 часа):

Тема 1. «Разучивание танца «Ромашки» (25)

- дорожка вальса;
- повороты вальса;
- ход на полупальцах;
- ход «восьмёрка»;
- балансе;
- комбинации с поворотами;
- припадание в повороте вокруг себя по 4-ём точкам;
- движения с наклонами корпуса;
- движения и переходы в парах и в группах;
- вращения;
- движения и положения рук;
- движения для солистов;
- разучивание и отработка комбинаций на основе этих движений;
- разучивание рисунков танца;
- постановочная работа;
- отработка точности и четкости движений и комбинаций.

Тема 2. «Разучивание танца «Праздничная» (25)

- шаг с ударом каблука;
- шаг с притопами;
- шаг с каблука;
- переменный шаг;

- припадания по 6-ой позиции на месте в повороте и с продвижением в сторону;
- молоточки в повороте;
- подбивки;
- дробные комбинации;
- дробные дорожки;
- вращения;
- положения и движения рук с платочком;
- положения рук в парах и в группах;
- повороты в парах;
- движения для солистов;
- разучивание и отработка комбинаций на основе разученных движений;
- разучивание рисунков танца;
- постановочная работа;
- отработка точности и четкости движений и комбинаций.

Тема 3. «Разучивание обновлённой 1-й части танца «Уточка» (25)

- основной хороводный ход – имитация плывущих по воде уточек;
- положения и движения рук - имитация крыльев уточек;
- вращения;
- положения рук в парах и в группах;
- повороты в парах;
- разучивание и отработка комбинаций на основе разученных движений;
- разучивание рисунков танца;
- постановочная работа;
- отработка точности и четкости движений и комбинаций.

Тема 4. «Репетиционная работа и актёрское мастерство» (25)

Тема 5. «Введение новых исполнителей в репертуарные танцы» (22)

Тема 6. «Усложнение лексики движений и рисунков в танцах, разученных в прошлом учебном году» (12)

Тема 7. «Разучивание движений и рисунков финала отчётного концерта ансамбля танца «Колокольчики» (10)

Постановочно-репетиционная работа - это сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность. Этот раздел включает в себя разучивание и отработку танцевальных движений и комбинаций, изучение рисунка танца, построений и перестроений в танцевальных композициях, отработку их чёткости и чистоты, работу над синхронностью исполнения, работу над образом (выразительность, эмоциональность), просмотр и анализ видеоматериала своих выступлений и репетиций, просмотр видео с работами профессиональных коллективов. Новый материал начинает изучаться с медленного этапа, который помогает овладеть и осмыслить предложенные приемы техники, найти верную координацию рук, ног, головы, так же помогает хорошей выработке внимания, памяти, точности исполнения, развитию эластичности мышц, устойчивости. Затем изучение основных

положений можно привести в средний темп и только в последнюю очередь возможно исполнение в быстром темпе, если этого требует характер движения. За каждым танцем скрывается большое количество часов тренировок. Репетиционная работа - это трудоемкая работа над тщательной отработкой каждого танцевального слова, движения. Можно выделить три основных типа репетиций (учебные, прогонные, генеральные), каждая из которых имеет задачи и специфические особенности. *Рабочие* репетиции проводятся для постановки хореографического номера, подготовки его к сценическому исполнению. В зависимости от сложности определяется количество рабочих репетиций и составляется репетиционный план для каждой из них с указанием решаемых задач. Такие репетиции проводятся по группам и индивидуально. Целью данной репетиции является детальная отработка танцевального номера. *Прогонные* репетиции, проводятся для решения отдельных задач, связанных с улучшением качества исполнения новых номеров, а также для поддержания на хорошем уровне исполнения уже готовых танцев и выработки выносливости у исполнителей номера. *Генеральная* репетиция, проводится для определения готовности номеров к сценическому исполнению, устранения небольших погрешностей. Она является своеобразным итогом рабочих репетиций, поэтому назначают её тогда, когда танцы детально проработаны и готовы для показа. Достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца требует кропотливого и настойчивого труда. Для участника коллектива все действия в танцевальных постановках строго регламентированы хореографией и должны быть наработаны до автоматизма. Он вырабатывается в процессе многочасовых тренировок: на какой конкретный счет исполняется каждое движение, шаги, повороты головы, подъемы рук и так далее; какой ракурс корпуса, какой интервал между танцорами и/или парами; каждое движение соответствует конкретному такту музыки. Наше тело может выдать нам лишь то, чему оно научено, и если оно привыкло делать все приблизительно, то и не стоит от него ждать прорыва в качестве. На сцену должно выноситься только хорошо отработанное хореографическое произведение. В этом случае участники чувствуют себя более уверенно и более точно воплотят замысел хореографической постановки

Форма контроля: Участие в конкурсах различного уровня и в концертных программах, способствует развитию творческих способностей детей, раскрытию их возможностей, развитию активности и самостоятельности

Репертуарный план:

- «Ромашки»;
- «Праздничная»;
- «Уточки»;
- «Перетопы»;
- «Рукавички»;

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

В результате реализации программы, к концу учебного года обучающиеся должны знать:

- и понимать хореографическую терминологию на французском языке;
- знать правила исполнения упражнений экзерсиса у станка народно-сценического танца;
- знать правила исполнения основных движений народно-сценического танца.

В результате реализации программы, к концу учебного года обучающиеся должны уметь:

- выполнять упражнения экзерсиса у станка народно-сценического танца;
- выполнять движения народно – сценического танца;
- точно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;
- самостоятельно отрабатывать элементы и движения из танцев.

В результате реализации программы, к концу учебного года обучающиеся приобретут следующие личностные качества:

трудолюбие, организованность и упорство в достижении поставленной цели; стремление к творческой импровизации, успешной самореализации.

Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1.Подготовительно - развивающие упражнения (разминка)		15	3	12	
1.1.	«Упражнения для улучшения гибкости шеи»	2.5	0.5	2	
1.2.	«Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов»	2.5	0.5	2	
1.3.	«Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья»	2.5	0.5	2	
1.4.	«Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья»	2.5	0.5	2	
1.5.	«Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра»	2.5	0.5	2	
1.6.	«Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы»	2.5	0.5	2	
Раздел 2. Партерный экзерсис:		34	8	26	
2.1.	«Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела»	4	1	3	
2.2.	«Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса»	4	1	3	
2.3.	«Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения	4	1	3	

	его гибкости»				
2.4.	«Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног»	4	1	3	
2.5.	«Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы»	4	1	3	
2.6.	«Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса»	4	1	3	
2.7.	«Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага»	5	1	4	
2.8.	«Растяжки»	5	1	4	
Раздел 3. Экзерсис у станка народно сценического танца		40	14	26	
3.1.	«Позиции ног»	2	1	1	
3.2.	«Позиции и положения рук»	3	1	2	
3.3.	«Упражнения на развитие подвижности стопы»	2	1	1	
3.4.	«Маленькие приседания (plie)»	3	1	2	
3.5.	«Полные приседания (grand plie)»	2	1	1	
3.6.	«Скольжение стопой по полу (battement tendu)»	3	1	2	
3.7.	«Маленькие броски (battement tendu jete)»	3	1	2	
3.8.	«Круговые движения (rond de jambe)»	3	1	2	
3.9.	«Развороты ноги»	3	1	2	
3.10.	«Каблучные упражнения»	3	1	2	
3.11.	«Подготовка к «верёвочке»	3	1	2	
3.12.	«Повороты стопы, «зигзаги» (pas tortilla)»	3	1	2	
3.13.	«Дробные выстукивания»	3	1	2	
3.14.	«Большие броски (grand battement)»	4	1	3	
Раздел 4. Народно-сценический танец		55	12	43	
4.1.	«Позиции и положения рук»	3	1	2	
4.2.	«Танцевальные ходы и танцевальный бег»	4	1	3	
4.3.	«Верёвочка в сочетании с	5	1	4	

	другими танцевальными элементами»				
4.4.	«Подбивки»	5	1	4	
4.5.	«Маятникообразные движения»	4	1	3	
4.6.	«Голубец»	5	1	4	
4.7.	«Дробные движения»	6	1	5	
4.8.	«Вращения на месте»	5	1	4	
4.9.	«Вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях»	5	1	4	
4.10.	«Прыжки»	4	1	3	
4.11.	«Танцевальные комбинации»	5	1	4	
4.12.	«Отработка движений разученных в предыдущий период»	4	1	3	
Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа и актёрское мастерство:		144	28	116	
5.1.	«Разучивание танца «Ромашки».	25	5	20	
5.2.	«Разучивание танца «Праздничная».	25	5	20	
5.3.	«Разучивание обновлённой 1-й части танца «Уточка»	25	5	20	
5.4.	«Репетиционная работа и актёрское мастерство».	25	5	20	
5.5.	«Введение новых исполнителей в репертуарные танцы».	22	4	18	
5.6.	«Усложнение лексики движений и рисунков в танцах, разученных в прошлом учебном году».	12	2	10	
5.7.	«Разучивание движений и рисунков финала отчётного концерта ансамбля танца «Колокольчики»	10	2	8	
Всего:		288	65	223	

**Календарный учебный график программы «Перетопы»
группа №1 и №2 (понедельник, вторник, четверг, пятница)**

Раздел/ месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	ИТОГО
Раздел 1.	1	2	2	2	1	2	2	2	1	15
Раздел 2.	3	4	4	4	3	4	4	4	4	34
Раздел 3.	4	6	4	5	4	4	4	4	5	40
Раздел 4.	5	7	6	7	5	6	7	7	5	55
Раздел 5.	11	17	18	18	11	16	19	19	15	144
Промежуточная аттестация				V					V	
Всего (за месяц)	24	36	34	36	24	32	36	36	30	288 часов

**Учебно-тематический план программы «Перетопы» 2026-2027уч.г.
гр.№ 1 и №2 (посменные занятия – понедельник, четверг, пятница)**

№	Число, месяц	Наименование тем	Всего часов (объем)	Форма проведения	Формы промежуточной аттестации
1	сентябрь	Инструктаж по ТБ. Разминка. Танцевальные ходы Отработка движений рук танца «Рукавички».	2	Учебное занятие	
2	сентябрь	Работа у станка. Партерная гимнастика. Отработка позиций, положений и движений рук.	2	Учебное занятие	
3	сентябрь	Разминка. Растяжка. Подготовка к вращениям. Разучивание основного хода танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
4	сентябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка основного хода танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
5	сентябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Разучивание дорожки вальса.	2	Учебное занятие	
6	сентябрь	Работа у станка - упражнения на развитие подвижности стопы. Вращения. Отработка дорожки вальса.	2	Учебное занятие	
7	сентябрь	Работа у станка. Партерный экзерсис. Разучивание хода «восьмёркой» танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
8	сентябрь	Работа у станка. Растяжка. Отработка вращений и хода «восьмёркой» танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
9	сентябрь	Разминка. Прыжки. Разучивание движения «припадание» по 3-й позиции.	2	Учебное занятие	
10	октябрь	Работа у станка. Вращения с продвижением. Отработка движения «припадание» по 3-й позиции	2	Учебное занятие	
11	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание поворотов вальса. Отработка движений танца	2	Учебное занятие	

		«Рукавички».			
12	октябрь	Работа у станка. Растяжка. Отработка дорожки и поворотов вальса для танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
13	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание движений и положений рук в танце «Ромашки».	2	Учебное занятие	
14	октябрь	Работа у станка. Растяжка. Отработка вращений и движений и положений рук в танце «Ромашки».	2	Учебное занятие	
15	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание движений с наклонами корпуса из танца «Ромашки»	2	Учебное занятие	
16	октябрь	Работа у станка. Прыжки. Отработка изученных движений танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
17	октябрь	Разминка. Растяжка. Вращения. Разучивание комбинаций с поворотами танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
18	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Разучивание движений для солистов танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
19	октябрь	Работа у станка (battement tendu). Отработка движений и положений рук танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
20	октябрь	Партерный экзерсис. Вращения. Разучивание движений и переходов в парах и в группах «Ромашки».	2	Учебное занятие	
21	октябрь	Работа у станка. Партерный экзерсис. Разучивание комбинаций из танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
22	октябрь	Разминка. Вращения. Отработка движений и комбинаций танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
23	октябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Разучивание рисунков танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	

24	ноябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Разучивание рисунков и переходов танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
25	ноябрь	Работа у станка. Вращения. Разучивание рисунков и переходов в танце «Ромашки»	2	Учебное занятие	
26	ноябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка движений танцев «Рукавички» и «Уточки».	2	Учебное занятие	
27	ноябрь	Работа у станка Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 1-й части танца «Ромашки»	2	Учебное занятие	
28	ноябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка вращений в парах и 1-й части танца «Ромашки»	2	Учебное занятие	
29	ноябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка комбинаций и 1-й части танца «Ромашки»	2	Учебное занятие	
30	ноябрь	Разминка Партерный экзерсис. Вращения. Постановочная работа 2-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
31	ноябрь	Разминка Растяжка. Вращения. Постановочная работа 2-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
32	ноябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка комбинаций и 2-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
33	ноябрь	Работа у станка и на середине Отработка движений и 1-й и 2-й частей танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
34	ноябрь	Отработка комбинаций у станка Растяжка. Постановочная работа 3-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
35	ноябрь	Разминка Партерный экзерсис Постановочная работа 3-й части танца «Ромашки» (работа с «гномиками»).	2	Учебное занятие	
36	ноябрь	Работа у станка (battement tendu jete). Растяжка. Отработка комбинаций и 3-й части танца «Ромашки»	2	Учебное занятие	

37	декабрь	Разминка Партерный экзерсис. Вращения. Отработка танцев «Ромашки» и «Рукавички».	2	Учебное занятие	
38	декабрь	Работа у станка. Вращения. Отработка танцев «Ромашки» и «Перетопы»	2	Учебное занятие	
39	декабрь	Разминка. Растяжка. Прыжки. Разучивание ходов из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
40	декабрь	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка ходов из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
41	декабрь	Разминка. Растяжка. Разучивание каблучных комбинаций из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
42	декабрь	Работа у станка и на середине. Отработка разученных движений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
43	декабрь	Работа у станка. Вращения. Разучивание дробных комбинаций из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
44	декабрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка дробных комбинаций из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
45	декабрь	Разминка Партерный экзерсис. Прыжки. Разучивание дробных дорожек танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
46	декабрь	Работа у станка и на середине. Растяжка. Отработка дробных дорожек танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	Промежуточная аттестация
47	декабрь	Разминка. Разучивание положений и движений рук с платочком из танца «Праздничная»	2	Учебное занятие	
48	декабрь	Работа у станка. Отработка положений и движений рук с платочком из танца «Праздничная»	2	Учебное занятие	
49	декабрь	Работа у станка и на середине. Вращения. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	

50	январь	Инструктаж по ТБ. Разминка. Партерный экзерсис. Отработка движений из танцев «Ромашки», «Рукавички».	2	Учебное занятие	
51	январь	Работа у станка (grand plie). Растяжка. Отработка разученных движений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
52	январь	Разминка. Растяжка. Разучивание комбинаций с подбивками из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
53	январь	Партерный экзерсис. Прыжки. Отработка комбинаций с подбивками из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
54	январь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание поворотов и вращений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
55	январь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка поворотов и вращений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
56	январь	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание комбинаций танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
57	январь	Работа у станка. Растяжка. Отработка комбинаций танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
58	январь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка танцев «Ромашки» и «Перетопы».	2	Учебное занятие	
59	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка движений и комбинаций танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
60	февраль	Отработка комбинаций у станка. Вращения. Разучивание рисунков 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	

61	февраль	Работа у станка. Растяжка. Постановочная работа 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
62	февраль	Партерный экзерсис. Отработка вращений. Постановочная работа 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
63	февраль	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка комбинаций и 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
64	февраль	Разминка. Растяжка. Отработка вращений с продвижениями и 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
65	февраль	Разминка. Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 2-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
66	февраль	Работа у станка и на середине. Растяжка. Постановочная работа 2-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
67	февраль	Работа у станка. Прыжки. Отработка комбинаций и 2-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
68	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка 1-й и 2-й частей танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
69	февраль	Отработка комбинаций у станка. Растяжка. Постановочная работа 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
70	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Постановочная работа 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
71	март	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка комбинаций и 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
72	март	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Отработка вращений и 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
73	март	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка танцев «Праздничная», «Рукавички».	2	Учебное занятие	

74	март	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка ударов, притопов, каблучной и двойной дроби.	2	Учебное занятие	
75	март	Работа у станка. Растяжка. Отработка танцев «Ромашки» и «Перетопы».	2	Учебное занятие	
76	март	Работа у станка. Прыжки. Отработка основного хода из 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
77	март	Разминка. Вращения. Отработка положений и движений рук из 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
78	март	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание рисунков и перестроений 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
79	март	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание рисунков и перестроений 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
80	март	Разминка. Растяжка Прыжки. Отработка танца «Рукавички» и «Перетопы».	2	Учебное занятие	
81	март	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Постановочная работа 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
82	март	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
83	март	Работа у станка. Партерный экзерсис. Отработка синхронности в 1-й части танца «Уточки».	2	Учебное занятие	
84	апрель	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка вращений из танца репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
85	апрель	Отработка комбинаций у станка и не середине. Растяжка. Танец «Уточки» - работа над движениями рук.	2	Учебное занятие	

86	апрель	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Отработка движений из 2-й части танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
87	апрель	Работа у станка и на середине. Растяжка. Вращения. Отработка комбинаций из танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
88	апрель	Разминка. Прыжки с поворотом на 180°. Отработка движений и комбинаций из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
89	апрель	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Отработка 2-й части танца «Уточка» - работа в парах.	2	Учебное занятие	
90	апрель	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка 1-й и 2-й частей танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
91	апрель	Работа у станка. Прыжки. Вращения. Отработка танцев «Уточка», «Ромашка».	2	Учебное занятие	
92	апрель	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка танцев «Перетопы» и «Праздничная».	2	Учебное занятие	
93	апрель	Разминка. Прыжки. Отработка дробных комбинаций и вращений из репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
94	апрель	Работа у станка. Растяжка. Работа над синхронностью в парах и в группах.	2	Учебное занятие	
95	апрель	Работа у станка и на середине. Введение новых исполнителей в репертуарные танцы	2	Учебное занятие	
96	апрель	Работа у станка и на середине. Вращения. Введение новых исполнителей в репертуарные танцы	2	Учебное занятие	
97	апрель	Разминка. Партерный экзерсис. Работа над синхронностью звучания дробей в репертуарных танцах.	2	Учебное занятие	

98	май	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка танцев «Перетопы» и «Ромашки».	2	Учебное занятие	
99	май	Работа у станка – отработка комбинаций. Вращения. Отработка танцев «Рукавички» и «Праздничная».	2	Учебное занятие	
100	май	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Разучивание движений финала отчётного концерта.	2	Учебное занятие	
101	май	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание комбинаций финала отчётного концерта.	2	Учебное занятие	
102	май	Разминка. Партерная гимнастика. Прыжки. Отработка танцев «Перетопы» и «Уточки»,	2	Учебное занятие	
103	май	Работа у станка. Растяжка. Отработка вращений и танцев «Перетопы» и «Праздничная»,	2	Учебное занятие	
104	май	Разминка. Партерная гимнастика Прыжки Разучивание финала отчётного концерта.	2	Учебное занятие	
105	май	Работа у станка. Растяжка Вращения. Отработка танцев «Ромашки» и «Уточки»	2	Учебное занятие	
106	май	Партерная гимнастика. Прыжки. Отработка финала отчётного концерта и танца «Рукавички».	2	Учебное занятие	Итоговая аттестация
107	май	Работа у станка. Растяжка. Отработка финала отчётного концерта и репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
108	май	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Вращения. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
Всего по программе			216		

**Учебно-тематический план программы «Перетопы» 2026-2027 уч.г.
гр.№ 1 и №2 (сводные репетиционные занятия, вторник)**

№	Число, месяц	Наименование тем	Всего часов (объем)	Форма проведения	Формы промежуточной аттестации
1.	сентябрь	Инструктаж по ТБ Разминка. Растяжка. Разучивание основного хода танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
2.	сентябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки Отработка дорожки вальса.	2	Учебное занятие	
3.	сентябрь	Работа у станка. Растяжка. Разучивание движения «припадание» по 3-й позиции.	2	Учебное занятие	
4.	октябрь	Разминка. Прыжки. Вращения. Отработка дорожки и поворотов вальса для танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
5.	октябрь	Работа у станка. Растяжка. Разучивание движений с наклонами корпуса из танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
6.	октябрь	Работа у станка и на середине. Прыжки. Разучивание движений для солистов танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
7.	октябрь	Разминка Растяжка Прыжки. Разучивание комбинаций из танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
8.	ноябрь	Работа у станка. Вращения Разучивание рисунков и переходов танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
9.	ноябрь	Разминка. Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 1-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
10.	ноябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 2-й части танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
11.	ноябрь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка движений и 1-й и 2-й частей танца «Ромашки».	2	Учебное занятие	
12.	декабрь	Разминка Партерный экзерсис Вращения. Отработка	2	Учебное	

		комбинаций и 3-й части танца «Ромашки».		занятие	
13.	декабрь	Разминка. Прыжки. Вращения Разучивание ходов из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
14.	декабрь	Работа у станка и на середине. Отработка разученных движений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
15.	декабрь	Работа у станка. Растяжка Разучивание дробных дорожек танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
16.	декабрь	Разминка. Прыжки. Отработка положений и движений рук с платочком из танца «Праздничная»	2	Учебное занятие	
17.	январь	Инструктаж по ТБ Работа у станка. Вращения. Отработка разученных движений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
18.	январь	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Разучивание поворотов и вращений из танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
19.	январь	Разминка. Партерный экзерсис Отработка комбинаций танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
20.	февраль	Работа у станка. Растяжка Разучивание рисунков 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
21.	февраль	Работа у станка. Растяжка Прыжки. Отработка комбинаций и 1-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
22.	февраль	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Постановочная работа 2-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
23.	февраль	Разминка. Партерный экзерсис Вращения. Постановочная работа 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	
24.	март	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка вращений и 3-й части танца «Праздничная».	2	Учебное занятие	

25.	март	Разминка. Растяжка Отработка танцев «Ромашки» и «Перетопы».	2	Учебное занятие	
26.	март	Работа у станка и на середине. Разучивание рисунков и перестроений 1-й части танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
27.	март	Разминка. Растяжка Прыжки. Постановочная работа 1-й части танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
28.	март	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. . Отработка вращений из танца репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
29.	апрель	Разминка. Растяжка Прыжки с поворотом на 180°. Отработка комбинаций из танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
30.	апрель	Работа у станка. Растяжка Прыжки. Отработка 1-й и 2-й частей танца «Уточка».	2	Учебное занятие	
31.	апрель	Работа у станка. Прыжки. Вращения. Отработка дробных комбинаций и вращений из репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
32.	апрель	Работа у станка и на середине. Вращения. Введение новых исполнителей в репертуарные танцы	2	Учебное занятие	
33.	май	Работа у станка. Растяжка. Вращения. Отработка танцев «Рукавички» и «Праздничная».	2	Учебное занятие	
34.	май	Разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцев «Перетопы» и «Уточка»,	2	Учебное занятие	
35.	май	Работа у станка. Растяжка Отработка танцев «Ромашки» и «Уточка».	2	Учебное занятие	
36.	май	Работа у станка. Растяжка. Прыжки. Вращения. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
Всего по программе			72		

Методическое обеспечение программы

Оценочные материалы.

Способом определения оценки результативности обучения по данной программе является промежуточная аттестация, которая осуществляется на основе разработанных критериев, тестирование по усвоению пройденного материала, а также результаты участия в конкурсах, смотрах, фестивалях, показательных выступлениях.

Бланк промежуточной аттестации:

Оценка результатов обучения и воспитания детей по программе «Перетопы»

Теоретические знания по разделам программы	Список обучающихся Ф.И. оценка ЗУН											
знать хореографическую терминологию: 1.- battement tendu jete 2.- rond de jambe 3.- passe 4.- grand battement 5.- en dehor 6.- en dedan.												
Практические умения и навыки по основным разделам программы												
выполнять упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца: - скольжение стопой по полу (battement tendu)												
- маленькие броски (battement tendu jete)												
- круговые движения (rond de jambe)												
- подготовка к «верёвочке»												
выполнять движения народно – сценического танца: - позиции и положения рук;												
- танцевальные ходы и танцевальный бег												
- верёвочка												
- голубец;												

- дробные движения:													
- вращения на месте													
- вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях;													
уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;													

Методика тестирования по усвоению программного материала

Теоретические и практические знания	оценочные нормы
знать хореографическую терминологию: 1.- battement tendu jete, 2.- rond de jambe, 3.- passe, 4.- grand battement, 5.- en dehor, 6. - en dedan.	правильный ответ: 1.- отведение и приведение вытянутой ноги с броском на 25°- 30° 2.- круговые движения 3.- носок работающей ноги у колена опорной. 4.- бросок ноги на 90° и выше 5.- вращение «наружу», от себя 6.- вращение внутрь, к себе
Должны уметь: Выполнять упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца: 1.- скольжение стопой по полу (battement tendu) 2.- маленькие броски (battement tendu jete)	Правильное исполнение: 1 - корпус держится прямо и не поворачивается в сторону работающей ноги; мышцы ног и колени напряжены, и вся нога выворотна от паха; работающая нога плавно отводится в заданном направлении, сохраняя выворотность; в конечной точке нога вытягивается на носок, пятка работающей ноги – против пятки опорной; плечи и бёдра ровные. 2.- корпус держится прямо и не поворачивается в сторону работающей ноги, плечи и бёдра ровные, центр тяжести - на опорной ноге. Опорная нога выворотна, натянута, нет «завала» на большой палец. Работающая нога, выворотная от паха, предельно натянутая скользящим движением выбрасывается в заданном направлении на высоту 25°- 30°. Бросок ноги и её возвращение

3.- круговые движения (rond de jambe) 4.- подготовка к «верёвочке»	выполняются спокойно, без помощи корпуса. 3.- при максимально подтянутом корпусе сильно натянутая рабочая нога, сохраняя выворотное положение, описывает четверть круга носком по полу и доходит до положения ноги <i>battement tendu</i> в сторону и закрывается по принципу <i>battement tendu</i> в первую позицию. Тяжесть корпуса сохраняется на опорной ноге. Рабочая нога двигается совершенно самостоятельно, то есть независимо от всего корпуса. Её максимальная натянутость гарантирует описание максимально отдалённой от опорной ноги линии круга. Носок рабочей ноги, при правильной её натянутости не опирается на пол, а лишь касается его. 4.- перевод рабочей ноги вперед и назад по 3-ей позиции. Рабочая нога, сгибаясь в колене, скользя носком по опорной ноге в выворотном положении, резко поднимается вверх до уровня колена опорной ноги, подъем вытянут; затем рабочая нога, не отдаляясь от опорной, слегка приподнимается и переводится назад под колено опорной ноги, скользя по опорной ноге, опускается в 3-ю позицию сзади. Движение повторяется в обратном направлении. Следить за выворотностью ног от бедра. Спина и шея должны быть прямыми, плечи опущены.
выполнять движения народно – сценического танца: 1.- позиции и положения рук:	правильное исполнение: 1.- в <u>подготовительном положении</u> руки опущены в низ, не должны соприкасаться с корпусом, локти направлены в сторону, присогнуты, образуют овал, кисти рук закруглены, ладони направлены вверх. Необходимо следить, чтобы не ломалась линия рук в запястье и локте, не должно быть углов, должна быть плавная линия

2.-танцевальные ходы и танцевальный бег;

обеих рук. Верх рук не должен соприкасаться с корпусом, под мышками должен быть воздух, плечи опущены. Первая позиция: соответственна I-ой позиции классического танца: из подготовительного положения руки, сохраняя свою форму, поднимаются вверх до уровня диафрагмы, в локтях руки не зажаты, образуют овал. При этом лопатки выправлены, плечи опущены и обязательно выправлены. Не может быть движения рук с плечами, Ладони необходимо развернуть к себе, пальцы собраны. Вторая позиция Руки из подготовительного положения поднимаются в I-ю позицию, из I-ой позиции начинает движение только нижняя часть рук от локтя, верхняя часть рук остается неподвижной. Нижняя часть рук раскрывается по направлению в стороны до тех пор, пока руки могут иметь плавную линию. Затем уже раскрывается вся рука. При раскрывании локти обращены назад. Руки находятся немного впереди плеч. Плечи опущены. Четвертое положение - обе руки лежат на талии, обхватив ее внутренней частью кисти. Большие пальцы отведены назад и обхватывают талию со спины. Кисти рук должны плотно лежать на бедрах. Локти направлены точно в сторону, плечи опущены.

2.- переменный ход с проскальзывающим ударом по 1-й позиции. Все три шага переменного хода выполняются вперед, на всю ступню. После третьего шага слегка присесть на опорной ноге и сделать другой ногой проскальзывающий удар по полу по 1-й позиции, вынося ногу невысоко вперед. Шаркающий ход. Во время шаркающего хода нога, выполняющая шаг, не отделяется от пола, а проскальзывает вперед, шаркая по полу всей ступней. С каждым шагом

3.- верёвочка:

слегка присесть, после шага - выпрямиться. Ход выполняется на присогнутых коленях, как бы пружиня. Исходное положение ног: 6-я позиция. Бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Начиная с правой ноги, на каждую четверть или восьмую такта, делается шаг — перескок на низкие полупальцы. колено присогнуто. Одновременно с перескоком левая нога, сгибаясь в колене, резко откидывается в прямом положении назад - вверх с вытянутой стопой.

3.- движение выполняется из III-ей позиции. Исполнитель стоит на одном месте, не продвигаясь ни назад, ни вперед, корпус его прямой и почти неподвижный, плечи и бедра ровные, колени должны сохранять выворотное положение. Из небольшого приседания одновременно с проскальзыванием левой ноги вперед через низкие полупальцы на всю стопу правая, сгибаясь в колене, поднимается в свободном положении сбоку левой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад; пятка не должна подниматься выше колена левой ноги. Правая нога опускается позади левой на низкие полупальцы слева от каблука в перекрещенное положение. Колени обеих ног присогнуты, носок правой направлен вперед. Одновременно с проскальзыванием правой ноги вперед с низких полупальцев на всю стопу левая сгибается в колене, поднимается в свободном положении сбоку правой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад, опускается позади правой на низкие полупальцы, справа от каблука в перекрещенное положение. Колени обеих ног присогнуты, носок

7.- вращения подскоками на месте;	нога резко, акцентированно отскакивает в невыворотном положении вверх, а после второго – перевести на неё тяжесть корпуса и приподнять левую ногу рядом с правой.
8.-вращения подскоками с продвижением по прямым линиям в различных направлениях;	7.- полный поворот на 360° за один такт путём исполнения двух подскоков. Спина подтянута, голову держать прямо, не опускать и не наклонять, держать «точку». Остановка должна быть точной и чёткой, корпус не раскачивается. 8. - полный поворот на 360° за один такт путём исполнения двух подскоков - на одну четверть каждая, продвигаясь по прямой линии в заданном направлении; спина подтянута, голову держать прямо, не опускать и не наклонять; держать «точку». Остановка должна быть точной и чёткой, корпус не раскачивается.
- уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;	- оценивается во время концертной деятельности.

Критерии оценок. Если ребенок выполняет задание в соответствии с требованиями, ставится -5б, допускает две ошибки -4б, допускает три, четыре ошибки-3б

Диагностика (входного, переводного тестирования)

Диагностика входного тестирования проводится только для детей, которые поступают в ансамбль на определенную программу (от 7лет до 17лет)

Таблица 1. Результаты диагностики для поступающих в ансамбль танца «Колокольчики» (программа «Перетопы»).

№	Показатель	Упражнение	Высокий	Средний	Низкий
1	Статическое равновесие	Стойка на одной ноге с закрытыми глазами и поворотами головы (15 сек)	15 сек и более	10–14 сек	менее 10 сек

№	Показатель	Упражнение	Высокий	Средний	Низкий
2	Динамическое равновесие	Проход по гимнастической скамейке (ширина 10 см) с мешочком на голове	Без потери мешочка и схода	Мешочек упал 1 раз или 1 сход	Более 1 потери или схода
3	Координация рук и ног (дробь)	Дробь «трилистник» или «ключ» на месте с одновременной работой рук	Чётко, синхронно	Руки запаздывают, 1–2 ошибки	Синхронизация нарушена
4	Координация в поворотах	Два поворота на 360° подряд (шаг – поворот – шаг – поворот) по диагонали	Оба поворота чистые	Один чистый, второй с потерей оси	Сбивается после первого
5	Координация в прыжках	Прыжок «соте» по I позиции с хлопком и поворотом головы	Мягко, синхронно, приземление на полупальцы	Есть мелкие недочёты	Тяжёлый прыжок, потеря координации

Таблица 2. Дополнительное задание.

Исполнить 8 тактов из репертуарного танца ансамбля (или народной комбинации), включающей дробь, повороты, прыжки, работу рук и корпуса

Критерий	Высокий	Средний	Низкий
Чистота исполнения	Чётко, без ошибок	1–2 ошибки	Множество ошибок
Координация	Полная синхронизация	Частичная	Нарушена
Артистизм	Выразительно, эмоционально	Неярко	Отсутствует
Осанка и равновесие	Идеально	Небольшие отклонения	Потеря оси

Методика анализа результатов деятельности

строится на сравнительном анализе усвоения программного материала 1- го и 2- го полугодия, с процентным подсчетом, например, количество баллов

*100%: количество ЗУН

УМК:

Методические материалы:

Программа «Сибирская круговерт»;
Программа «Перетопы»;
Программа «Топотухи»;
Программа «В вихре танца»;
Программа «Выкрутасы»;
Программа «Круговерт»;
Программа «Танцевальная радуга»;
Программа «Иркутяночка»;
Программа «Звонкий каблучок»

Конспекты занятий:

Методическая разработка конспект открытого занятия
«Класс – урок. Основы классического танца»
<https://cloud.mail.ru/r-seven/edit/home/>

Методические разработки:

Методическая разработка «Экзерсис народно-сценического танца у станка и его назначение»

Аннотация: тема методической разработки расширяет знания о народно-сценическом экзерсисе у станка, знакомит с особенностями и правилами выполнения упражнений экзерсиса, соблюдение которых поможет совершенствовать технические навыки обучающихся.
<https://cloud.mail.ru/public/8731/VobbjXTj2>

Методическая разработка «Подготовительный этап техники вращения в народном танце

Аннотация: в данной методической разработке рассматриваются основные принципы подготовительного этапа постановки техники вращений, приводятся примеры подготовительных упражнений и раскрываются нюансы постановки головы, корпуса, рук для лучшего усвоения материала обучающимися. Данная разработка носит рекомендательный характер для педагогов, работающих в области хореографии.
<https://cloud.mail.ru/public/4uhk/2uYC6CZah>

Статья «Развитие креативного мышления посредством изучения особенностей исполнения казачьего танца».
<https://cloud.mail.ru/r-seven/edit/home/>

Дидактический материал: схемы рисунков танца, схемы положения исполнителя в танце по отношению к зрителю, фотографии, литература по хореографии, видео – аудиозаписи.

Методы, формы и технологии обучения, применяемые при реализации программы:

Преобладающая роль отводится практико-ориентированным методам, стимулирующим инициативу и самостоятельность обучающихся:

- посещение мастер-классов других педагогов, тренинги, профессиональные пробы;

- инновационные формы и методы обучения:

- технологии группового взаимодействия – организация процесса обучения в группах. Развивает коммуникативные способности, формирует межличностные отношения;

- технология развития критического мышления – совокупность приемов, направленных на развитие исследовательских, творческих навыков. Учит принимать взвешенные решения, работать с информацией, анализировать, осмысливать и т.д.;

- сетевые информационно-коммуникационные и дистанционные образовательные технологии – для организации учебного процесса и самостоятельной работы обучающихся используются технологии, основанные на использовании компьютерных сетей: электронная почта, видеоуроки, видео мастер-классы, слайдпрезентации, онлайн-тестирование.

1. Словесные объяснения (краткие, образные, конкретные) каждого движения.

Метод использования слова - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

2. Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

3. Практические методы основаны на практической деятельности обучающихся. Одним из важнейших в хореографии является *метод упражнения* - повторное (многократное) выполнение умственного и практического действия с целью изучения и выполнения танцевальных движений. Моторная память ученика отрабатывается, развивается и крепнет на основе точной исполнительской техники. Моторная память закрепляется трудно, путем многократных повторений на протяжении всего курса обучения. Без хорошо развитой моторной памяти у будущего танцовщика не может быть хорошей устойчивости, гибкости, легкости, мягкости, простоты

и свободы движения; очень важно также совмещение с объяснением работы мышц (группы мышц) для осознанной тренировки учеников. При методе упражнений у учащихся вырабатывается множество двигательных навыков, которые обеспечивают работу опорно-двигательного аппарата для выполнения движений той или иной сложности. Здесь рассматривается не только гармоничное физическое воспитание тела, но и совершенствование морально-волевых качеств.

4. Практико-ориентированный метод, стимулирующий инициативу и самостоятельность обучающихся. Это посещение мастер-классов других педагогов, тренинги, профессиональные пробы.

5. Методы контроля, самоконтроля и самооценки применяются для фиксации уровня знаний и умений, личного отношения к деятельности, развития способности обучающихся к рефлексии, адекватной самооценке.

6. Интерактивный метод обучения в форме наставничества: Учитель + ученик; Ученик + ученик); включая обучающегося в образовательные программы в качестве помощника педагога, консультанта, наставника, для младших обучающихся и сверстников

Формы обучения и виды занятий, применяемые при реализации программы:

Традиционное учебное занятие; зачётное занятие; коллективное занятие или сводная репетиция (по дополнительному расписанию), где дети, обучающиеся по разным программам, отрабатывают общий учебный материал, связанный с репертуарным планом объединения и в котором, обучающиеся рассматриваются как единый целостный коллектив; групповое занятие, в котором обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой; индивидуальные занятия с солистами или с обучающимися, которые по каким либо причинам нуждаются в дополнительной работе. Основные требования к обучающимся: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность.

Формы подведения итогов изучения программы могут быть учебные занятия, открытые занятия, сводные репетиции, концерты, показательные выступления внутри объединения и для объединений учреждения.

Формы публичной демонстрации качества усвоения программы: открытые занятия, концерты, смотры, фестивали, показательные выступления, конкурсы.

Каждое выступление — это своеобразный творческий экзамен для ребенка: раскрыть себя как творческую личность, показать полученные знания, умения, навыки, получить положительный заряд энергии от выступления в концертных номерах. Развивает опыт сценической практики, закаляет детей морально, повышает самооценку и способствует мотивации продолжения обучения. Выступления перед зрителями во время концерта требуют от ребёнка мобилизации духовных и физических сил, эмоциональности,

творческой активности, являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества Танцевальные номера оживляют любой праздник и дают детям неоценимый опыт публичного выступления

Педагогические технологии, применяемые на занятиях:

Образовательные технологии	Обоснование применения
Личностно - ориентированные технологии обучения	Пробудить интерес, организовать совместную познавательную, творческую деятельность каждого ребенка.
Адаптированная система обучения в «динамических» и «статических» группах	Организовать сотворчество обучающихся в группах, совмещенное с индивидуальным обучением каждого ребенка.
Игровые технологии	Максимально активизировать детей, создать условия успешности, эмоциональной приподнятости.
Здоровье сберегающие технологии	Профилактика заболеваний и охрана физического и психического здоровья обучающихся.
Технологии группового взаимодействия	Развивает коммуникативные способности, формирует межличностные отношения.
Технология развития критического мышления	Совокупность приемов, направленных на развитие исследовательских, творческих навыков. Учит принимать взвешенные решения, работать с информацией, анализировать, осмыслять и т.д.;
Сетевые информационно-коммуникационные и дистанционные образовательные технологии	Технологии, основанные на использовании компьютерных сетей: электронная почта, видеоуроки, мастер-классы, слайдпрезентации, онлайн-тестирование

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы:

Реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы МАКС, с использованием электронного образовательного ресурса по изучаемой теме.

Электронные образовательные ресурсы:

<https://www.youtube.com/watch?v=sMEH0xj2Gzw>

Класс-концерт "Дорога к танцу". Балет Игоря Моисеева

<https://www.youtube.com/watch?v=EWy34Iwv7HY>

Класс концерт", Ансамбль "Школьные годы".

<https://www.youtube.com/watch?v=fKDv0GuouaI>

Plie ("Плие") - "Приседания" на русском материале! Экзерсис у станка,

<https://www.youtube.com/watch?v=A1PzlRa2auY>

Батман тандю 1,4 вид

<https://www.youtube.com/watch?v=X2EELDVI7rE>

Жете-Молдавия.

<https://www.youtube.com/watch?v=cZMDy4wnVSU>

Народно-сценический т-ц-- батман тандю жете

<https://www.youtube.com/watch?v=3yBFvtDnl40>

Ронд-1 курс

https://www.youtube.com/watch?v=RT9I359Q_7c

Народный танец 6 класс - каблучный battement

<https://www.youtube.com/watch?v=lj1bzY8y5RA>

Веревочка

<https://www.youtube.com/watch?v=Wg-76umQdwY>

Ансамбль "Школьные годы". 55 лет!

Алгоритм учебного занятия

Структура одного занятия состоит из трех частей и включает в себя материал из всех разделов содержания программы (кроме репетиционных занятий по подготовке к концертным выступлениям, где большая часть времени отводится отработке репертуарных номеров, и разминка проходит без партерной гимнастики). В связи с этим рекомендованная Министерством образования Иркутской области форма учебного и календарного учебно-тематического планов из «Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области» не может быть применена без корректировки для данной программы.

I часть урока (подготовительная) - включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие (поклон педагогу и концертмейстеру); разминка - комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе, где применяются упражнения 1-ого, 2-ого и 3-его разделов. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть урока (основная) - включает задания с большой двигательной активностью: изучение новых танцевальных движений и элементов, положений ног и рук, танцевальных комбинаций, этюдов из 4-ого раздела и

постановочно – репетиционная работа 5-ого раздела. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть урока (заключительная) - включает комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания, поклон педагогу и концертмейстеру. По длительности 2–3 минуты.

В каждом уроке должна быть своя тема - основное движение, которое получает последовательную разработку внутри ряда разнообразных комбинаций. При составлении плана урока необходимо учитывать знания и навыки учеников, которые были получены на предыдущих занятиях, чтобы еще более закрепить и усовершенствовать их. В заранее подготовленном уроке могут так же возникать и импровизационные моменты

Глоссарий профессиональной терминологии:

Применение глоссария в хореографии обосновано тем, что хореографическая терминология - это система специальных наименований, которая кратко объясняют суть и особенность движений и элементов. В хореографии используется преимущественно французская терминология, которая является универсальным языком: она позволяет хореографам и танцорам разных стран мира понимать друг друга без перевода. Например, *exercice* (от фр. – упражнение) - это комплекс тренировочных упражнений у палки или на середине зала, способствующих развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и координации рук, ног и головы.

Для каждой возрастной группы обучающихся используется определенный набор терминов.

Натянутая (или вытянутая) **стопа** - это напряженная стопа с предельно вытянутыми подъемом и пальцами.

Сокращенная стопа - это напряженная стопа с сокращенным подъемом и сильно поднятыми вверх пальцами.

Свободная стопа - это нога, расслабленная от голеностопного сустава до пальцев

Опорная нога - нога, на которой находится тяжесть корпуса.

Рабочая (или работающая) **нога** - нога, которая выполняет движение

Выворотность — раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах.

Координация — соответствие и согласование всего тела

Полупальцы –положение стоп(ы), когда вес тела остается на «подушечках» пальцев ног(и), а пятка максимально отрывается от пола. Еще говорят встать «на носочки».

Затакт – в музыке слабая доля перед сильной в начале такта музыкального предложения. В хореографии затакт – сигнал к началу выполнения любого движения, его принято выделять командой «И».

Форс (франц. *force* — сила) — первоначальный импульс, направленная энергия для совершения какого-либо движения, например, вращения.

Battement tendu jete - (от фр. *battements* - удар, биение, *tendus* - натянутый, *jeter* - бросать). Battement tendu jete – бросок ноги на 45°.

Battement tendu jete pique - (от фр. *piqué* - укол) — лёгкий "укол" кончиками пальцев «рабочей» ноги об пол и подъём ноги на заданную высоту.

Battement frappe (от фр.гл. *frapper* - ударять) - резкое ударяющее движение открытой в каком-либо направлении работающей ноги в положение *sur le cou-de-pied* и последующее её акцентированное открывание на носок в пол или на воздух.

Grand battement jete – (с фр. – большой). Большой бросок, взмах работающей ноги на 90° и выше в нужное направление.

Passe - носок у колена

Preparation - подготовка к движению

Port de bras - (от фр. *porter* — носить, *bras* — рука) - это движение рук через основные позиции с поворотами, наклонами головы и движениями корпуса.

Pas couru – легкий сценический бег по шестой позиции.

Pas balance – (с фр. качать, раскачивать, покачивать). Представляет собой равномерное движение, состоящее из шага в сторону, с небольшим приседанием (*plie*) на опорной ноге, и последующего переступания на месте по 3 позиции.

Pas de basque - (шаг басков) — прыжок с одной ноги на другую,

Pas tortilla – повороты стопы, зигзаги.

Plie - (от фр. гл. *plier* — сгибать). Приседание на обеих или на одной ноге в любой из существующих позиций. В зависимости от степени сгибания делится на *demi-plie* (полуприседание) и *grand plie* (глубокое приседание).

Passe par terre - (от фр. гл. *passer* — проходить, переводить).

Проведение работающей ноги из одного положения в другое - в сторону, вперед или назад через 1 позицию. Ноги могут быть вытянуты, либо полусогнуты (*demi-plie*).

Releve - (от фр. гл. *relever* — поднимать) – подъем на пальцы/полупальцы одной или обеих ног.

Retire - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через *pas* из V позиции в V позицию сзади

Ronds de jambe par terre – круг ногой по полу, это круговое движение носком по полу.

Sur le cou de pied - положение работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади:

2. Положения, направления, позы, дополнительные движения

Aplomb [Апломб] дословный перевод с франц. отвесный. Характеризует устойчивость исполнителя.

Enfacé [ан фас] с франц. перед лицом, спереди, в лицо. Положение лицом к смотрящему, при котором «лицевая» часть головы, корпуса, ног обращена прямо к зрителю (первая точка).

3. Прыжки.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV

4. Вращения.

PIROUTTE [пируэт] - «юла, вертушка»; вращение исполнителя на одной ноге en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied.
TOUR [тур] поворот.

Allonge с фр. - удлиненный, продленный, вытянутый.

En dedans - круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

En dehors - круговое движение от себя, круговое движение наружу.

Pas couru - легкий сценический бег по IV позиции.

Кадровое обеспечение программы

Педагог: Стафеева Елена Петровна, педагог дополнительного образования, высшая квалификационная категория.

Образование: среднее специальное. Областное культурно-просветительное училище г. Иркутск, 1975 год.

Прошла профессиональную переподготовку на ведение профессиональной деятельности в сфере педагогической деятельности, ГАУ ДПО «Институт развития образования Иркутской области», 29.10.2016 год. Стаж педагогической работы - 42 года.

Условия реализации программы:

Место для занятий

1. Просторный, хорошо проветриваемый зал, где есть деревянный пол.
2. Для занятий необходимы зеркала, специальные станки.

Внешний вид для занятий

3. Одежда должна быть удобной, не сковывающая их движения и не вызывающая перегрева.
4. Обувь: мягкие балетки (для занятий «Основы классического танца») и туфли на наборном каблучке (для занятий народным танцем). Обувь должна быть хорошо укрепленной на ногах.

Материально - техническая база

5. Наличие инструмента: фортепиано, баян.
6. Методические материалы и пособия.
7. Аудиосистема для прослушиваний записей и работы с фонограммами.
8. Видеоаппаратура для просмотра видеозаписей.
9. Реквизит, применяемый в танцевальных постановках.
10. Концертные костюмы и обувь.

При реализации программы также созданы условия для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, благодаря которым дети могут в полной мере участвовать в образовательном процессе и развиваться, наравне со своими сверстниками: размещены светодиодные уличные бегущие строки, на них отображается текстовая информация с названием и всей информацией об учреждении (режим работы администрации, график проведения занятий, список объединений,

реализующих дополнительные общеразвивающие программы), установлены тактильные пиктограммы (с подписью Брайля) туалетные комнаты оборудованы поручнями для инвалидов.

Дополнительная информация:

Дополнительная общеобразовательная программа «Перетопы» составлена с учётом социально-экономического компонента. Содержание программы ориентировано на приоритетные направления социально-экономического развития региона, с возможностью реализация комплекса следующих образовательных и воспитательных мероприятий:

- экскурсии, встречи «Люди мужественных профессий» (МЧС);
- митап «Профкластеры Иркутского региона»;
- встречи с интересными людьми «Кем стать? Профессии разные важны, профессии разные нужны» (профессии наших родителей);
- Посещение выставки «Ярмарка профессий»;
- Посещение Музея пожарной охраны г. Иркутска

Воспитательный потенциал программы:

Реализация регионального компонента в программе осуществляется через совместную деятельность педагога с детьми, самостоятельную деятельность детей, сотрудничество с музеями, привлечение родителей, организацию праздников и развлечений и направлена на обеспечение системного педагогического сопровождения личностного развития детей, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, проведения массовых мероприятий, совместной деятельности обучающихся и родителей (законных представителей), развития их способностей и одарённости через реализацию воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной программы.

Воспитательный потенциал программы направлен на:

- обеспечение системного педагогического сопровождения личностного развития детей, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, проведения массовых мероприятий, совместной деятельности обучающихся и родителей (законных представителей), развития их способностей и одарённости через реализацию воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной программы
- *овладение и знакомство с культурой своего народа, в том числе региона:* творческая встреча с артистами Государственного ансамбля песни и танца; посещение концертной программы ансамбля песни и танца; посещение архитектурно-этнографического музея «Тальцы»: масленичные гуляния; Иркутский художественный музей посещение мероприятия «Школьная пятница»; культурно-познавательная программа «Иркутские вечорки» в рамках этнокультурной программы «Сибирские забавы»; игровая программа «Байкальская карусель»; посещение мероприятий ГБУК Иркутской

областной государственной универсальной научной библиотеки им. И.И. Молчанова-Сибирского.

- *создание условий для реализации творческого потенциала детей в художественной деятельности:*

участие в творческих конкурсах: Всесибирский конкурс любительских хореографических коллективов имени М.С. Годенко г. Красноярск, Международный фестиваль-конкурс «Юные дарования России», Байкальский международный ART- фестиваль-конкурс «Vivat, талант!», Открытый хореографический фестиваль-конкурс «Иркутск – танцующий город»

- *организацию совместных творческих акций с детьми:*

«Эко-ёлка»; «Сделаем наш город чище»; «Батарейка – сдавайся», благотворительные акции Добрых дел участников СВО: «Подарок бойцу», «Имбирный пряник», «Блиндажная свеча», «Всё - для Победы».

-*организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни:*

Пятиминутки «Безопасные каникулы», конкурс рисунков «Против наркотиков», творческая мастерская «Здоровым жить – век не тужить» праздник «Спорт – залог здоровья»; спортивный праздник «Иркутская лыжня»; спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»; литературный прожектор «Семь - Я»4.

– видеоматериал по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

<http://цпрк.образование38.рф/pomogator/>

<https://yandex.ru/video/preview/11058645755532865592>

<https://yandex.ru/video/preview/13510775493198966006>

<https://yandex.ru/video/preview/10049450930724297203>

<https://yandex.ru/video/preview/16277035437749123667>

Ссылка на УВР: <https://cloud.mail.ru/public/fHNR/qkNWAwwVdB>