

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании  
педагогического совета

Утверждаю  
Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»  
Т.А. Певгова

Протокол № 01  
от «26 » 08

2021 года **от** 26/08 2021 года



Приказ № 169

Т.А. Певгова

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ СТУДИЯ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА «КАЛЕЙДОСКОП»**

*направленность:* художественная  
*возраст обучающихся:* 9-12 лет  
группа №3  
*год обучения:* 2 год (216 часов)

Сторожук Елена Александровна,  
педагог дополнительного образования  
отдела художественного воспитания

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

## Планируемые результаты освоения программы

№ п/п	раздел, тема	результат			механизм отслеживания
		высокий уровень	средний уровень	низкий уровень	
1.	Классический танец	твердо знают программные элементы классического танца, знают основные правила исполнения программных движений; демонстрируют и правильно показывают	твердо знают программные элементы классического танца, знают основные правила исполнения программных движений, но показывают с небольшими ошибками	не твердо знают программные элементы классического танца, не твёрдо знают основные правила исполнения программных движений, не могут показать	педагогические наблюдение в бытовых ситуациях; визуальный контроль; опрос; беседа
2.	Ансамбль	проявляют сильный, целенаправленный интерес к изучению танцевальных комбинаций и придумыванию своих, всегда задают вопросы, изучают дополнительную литературу; на сцене исполняют номера ярко, выразительно, без ошибок	проявляют сильный, целенаправленный интерес к изучению танцевальных комбинаций и придумыванию своих, изучают дополнительную литературу; на сцене исполняют номера ярко, выразительно, с небольшими ошибками	не проявляют интерес к изучению танцевальных комбинаций и придумыванию своих, на сцене исполняют номера с ошибками	визуальный контроль; тесты; самостоятельные задания, зачёт, контрольные занятия, открытые занятия
3.	Современный танец	твердо знают программные элементы эстрадного танца, знают основные правила исполнения программных движений; демонстрируют и правильно показывают.	твердо знают программные элементы эстрадного танца, знают основные правила исполнения программных движений, но показывают с небольшими ошибками.	не твердо знают программные элементы эстрадного танца, не твёрдо знают основные правила исполнения программных движений, не могут показать.	визуальный контроль; тесты; самостоятельные задания, зачёт, контрольные занятия, открытые занятия.

4.	Контрольные срезы	<p><i>вводный контроль</i></p> <p>исполнение движений классического и современного танца не чёткое, словесно не может воспроизвести названия движений, исполняет не музыкально.</p>	<p><i>промежуточный контроль</i></p> <p>программные движения выполнены музыкально, ритмично, но все музыкальные акценты не выполнены лексически, ошибается в терминологии.</p>	<p><i>итоговый контроль</i></p> <p>все программные элементы и комбинации выполняет в соответствии с ритмическим рисунком музыки, нет ни опережения, ни замедления комбинации в разрез музыкального материала, эмоционально вкладывает в движения образы.</p>	<p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p>
----	-------------------	---	--	--	---

#### Метапредметные результаты

стартовый уровень	базовый уровень	продвинутый уровень
<p>умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</p>	<p>умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;</p>	<p>формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции); формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации</p>

### Личностные результаты

стартовый уровень	базовый уровень	продвинутый уровень
<p>формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений</p>	<p>формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания</p>	<p>освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам</p>

## **Содержание программы**

**Цель 2 года обучения:** Введение в основы знаний по предметам «Классический танец», «Современный танец», «Ансамбль».

*Стартовый уровень:*

- развитие физических данных;
- обучить воспитанников выполнению начальных элементов классического танца, современного танца, акробатики;
- формирование навыка самостоятельной работы на занятии.

*Базовый уровень:*

- развитие физических данных;
- формировать систему знаний по базовым упражнениям классического, современного танца;
- формирование ощущения положения тела в пространстве;

*Продвинутый уровень:*

- целенаправленная работа над правильным и точным исполнением начальных элементов классического танца, современного танца, акробатики;
- работа над выразительностью сценического образа, передаваемого через мимику, жесты, пластику движений.

### **Раздел 1. Классический танец**

#### **Раздел 1.1. Повторение правил внутреннего распорядка, техника безопасности**

*Тема 1.1.* Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности на занятиях хореографией, пожарной безопасности, вводный для учащихся.

*Теория:* правила техники безопасности, правила поведения на занятиях, правила поведения во Дворце, в общественных местах.

*Практика:* определение ближайших эвакуационных выходов.

*Стартовый уровень:* знает правила ТБ

*Базовый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации.

*Продвинутый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации, рассказывает о правилах поведения, помогает товарищам при ответе.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* устный опрос, беседа

*Базовый уровень:* устный опрос, викторина первого уровня сложности

*Продвинутый уровень:* устный опрос, викторина среднего уровня.

*Форма проведения занятия:* практическое занятие, опрос, использование дистанционного материала: <https://cloud.mail.ru/public/dwZr/MtXWpcwDR>

<https://cloud.mail.ru/public/zsrE/MV1vWYyrB>

<https://cloud.mail.ru/public/Was2/ZLnTeVTNV>

### **Раздел 1.2. Экзерсис у станка**

#### **Тема 1.2. Постановка корпуса лицом к станку**

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «подтянутый корпус».

*Практика:* Статичное выполнение упражнения. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ.

#### *Тема 1.3. Подъем на полупальцы (Релеве)*

*Теория:* правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «тянуться вверх макушкой». Работа стоп, удержание выворотности.

*Практика:* выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, упражнения.

#### *Тема 1.4. Упражнения для стопы*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, ощущение стоп на полу. Понятие «лягушачья лапка». Прикрепление стопы к полу по всей площади. Работа пальцев стопы, подъема, ощущение сцепления с полом.

*Практика:* Выполнение упражнения. Работа с закреплением мышц, распределением площади стопы по полу, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* учебное занятие, игра.

#### *Тема 1.5. Прогибы корпуса назад*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, ощущение стоп на полу. Понятие «подтянутые бедра». Прикрепление стопы к полу по всей площади. Работа корпуса и ощущение сцепления стоп с полом. Понятие «квадрат плеч и бёдер», «наклон двумя плечами».

*Практика:* Выполнение упражнения. Работа с корпусом. Следить, что бы корпус не перекашивался на одну сторону. Внимание на распределении площади стопы по полу, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, практическая тренировка.

#### *Тема 1.6. Полуприседания(деми плие) из I позиции лицом к станку*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «тянуться вверх макушкой», «раскрывать колени». Положение стоп на полу, удержание выворотности. Положение корпуса во время исполнения приседания. Работа мышц во время исполнения полуприседания.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* открытое занятие, игра.

#### *Тема 1.7. Гранд плие по I позиции*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Правила гранд плие. Понятие «раскрывать колени». Положение стоп и работа стоп при исполнении гранд плие, удержание выворотности.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* учебное занятие, упражнения.

**Тема 1.8. Деми Плие по 1 позиции и релееве**

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «тянуться вверх макушкой», «раскрывать колени». Положение стоп на полу, удержание выворотности. Положение корпуса во время исполнения приседания. Работа мышц во время исполнения полуприседания. Правила перехода из плие в релееве.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* демонстрация, тренировочное занятие.

**Тема 1.9. Деми плие по 2 позиции**

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «тянуться вверх макушкой», «раскрывать колени». Положение стоп на полу, удержание выворотности. Положение корпуса во время исполнения приседания. Работа мышц во время исполнения полуприседания.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* показ, учебное занятие.

**Тема 1.10. Гранд плие по 2 позиции**

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «тянуться вверх макушкой», «раскрывать колени». Положение стоп на полу, удержание выворотности. Положение корпуса во время исполнения приседания. Работа мышц во время исполнения полного приседания. Правило исполнения гранд плие по 2 позиции.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* контрольное занятие, упражнения.

### *Тема 1.11. Battlement tendu*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Положение стоп на полу в начале движения, удержание выворотности, проведение стопы по полу до вытянутого положения (все этапы) вперед и назад. Положение корпуса во время исполнения батменттандю.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, мастер-класс.

### *Тема 1.12. Батмент тандю и пурле пиед*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Положение стоп на полу в начале движения, удержание выворотности, проведение стопы по полу до вытянутого положения (все этапы) вперед и назад. Положение корпуса во время исполнения батменттандю. Правила исполнения пурле пиед и соединение с движением батмент тандю.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* учебное занятие, упражнения.

### *Тема 1.13. Батмерт тандю жете*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Положение стоп на полу в начале движения, удержание выворотности, проведение стопы по полу до вытянутого положения (все этапы) вперед и назад. Положение корпуса во время исполнения батменттандю жете.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ, демонстрация.

### *Тема 1.14. Релееве лянд в сторону*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Положение стоп на полу в начале движения, удержание выворотности, проведение стопы по полу и правила подъема ноги на 90. Положение корпуса во время исполнения релееве лянд.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, тренировочное занятие.

### *Тема 1.15 Гранд батмент из 1 позиции*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы у палки. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «бросок ноги». Положение стоп на полу в начале движения, удержание выворотности, проведение стопы по полу и правила выброса ноги на 90 и выше. Положение корпуса во время исполнения гранд батмент.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, упражнения.

### **Раздел 1.3. Упражнения на середине зала**

*Тема 1.16. Маршировка, шаги*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Правила шага с носка. Правила подъема бедра, натянутости стопы при движении.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, игра.

*Тема 1.17. маршировка на полупальцах*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени», «высокие полупальцы». Правила шага на высоких полупальцах, удержание корпуса. Правила подъема бедра, натянутости стопы при движении.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, открытое занятие.

*Тема 1.18. Положение ноги на пассе в не выворотном и выворотном положении*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотное и

не выворотное положение ноги у колена. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Удержания ноги высоко бедром.

*Практика:* Выполнение упражнение статично. Музыкальный размер 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, турнир.

#### *Тема 1.19. Вынос ноги на 90 из I позиции вперед*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Правила выноса ноги на 90. Правила подъема бедра, натянутости стопы при движении, удержание баланса.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ.

#### *Тема 1.20. Ход на пятках*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность при исполнении хода на пятках. Понятие «стопа на себя», «раскрывать колени». Правила шага на пятках.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие упражнения.

#### *Тема 1.21. Шаги с носка на полупальцах по I позиции*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Правила шага с носка на полупальцах. Правила натянутости стопы при движении.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, учебное занятие.

#### *Тема 1.22. Ход в полном присяде*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «полный присяд». Правила удержания корпуса при движении.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, турнир.

#### *Тема 1.23. Вертикальная складка в продвижении*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «прямая спина», «втянутое колено». Правила шага в вертикальной складке.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическая тренировка, упражнения.

#### *Тема 1.24. Позиции рук, положение локтя, кисти*

*Теория:* Правила выполнения упражнения, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «локоть в сторону», «дышащая кисть». Правила работы руками по позициям 1,2,3.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ.

#### *Тема 1.25. Выворотные позиции ног 1,2*

*Теория:* Правила постановки корпуса, рук, ног, головы при исполнении выворотной позиции в ногах 1,2 на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «раскрывать колени».

*Практика:* Выполнение упражнения статичное под музыкальный аккомпанемент в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, турнир.

#### *Тема 1.26. Работа стоп при прыжках с двух ног на две по выворотным позициям и по не выворотной позиции*

*Теория:* Правила выполнения прыжка с двух ног на две, счёт, положение корпуса, рук, ног, головы при исполнении движения на середине зала. Ощущение мышц, положение стоп. Выворотность. Понятие «вытянутые пальцы ног», «раскрывать колени». Работа стопы при смене прыжка с выворотной позиции в не выворотную. Правила работы стопы в прыжке и при приземлении.

*Практика:* Выполнение упражнения в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие, упражнения.

#### *Тема 1.27. Подготовка к вращениям (повороты головы)*

*Теория:* Правила поворота головы, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «квадрата плеч и бёдер», «точка». Правила поворота туловища.

*Практика:* Выполнение упражнения на одном месте в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* открытое занятие, практическое занятие.

#### *Тема 1.28. Подготовка к вращениям на шагах*

*Теория:* Правила поворота головы, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Правила шагов, поворотов в продвижении. Понятие «квадрата плеч и бёдер», «точка». Правила поворота туловища при движении по линии.

*Практика:* Выполнение упражнения в продвижении по линии в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ, мастер-класс.

#### *Тема 1.29. Вращения на шагах*

*Теория:* Правила поворота головы, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Правила шагов, поворотов в продвижении. Понятие «квадрата плеч и бёдер», «точка». Правила поворота туловища при движении по линии.

*Практика:* Выполнение упражнения в продвижении по линии в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, упражнения.

#### *Тема 1.30. Поворот на шагах на полупальцах*

*Теория:* Правила поворота головы, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Правила шагов на полупальцах, поворотов в продвижении. Понятие «квадрата плеч и бёдер», «точка». Правила поворота туловища при движении по линии и постановка стопы при работе на полупальцах.

*Практика:* Выполнение упражнения в продвижении по линии в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, демонстрация, практическое занятие.

#### *Тема 1.31. Por t de bras назад*

*Теория:* Правила перегиба корпуса на середине зала, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «квадрата плеч и бёдер».

*Практика:* Выполнение упражнения на месте в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ.

#### *Тема 1.32. Пор де бра в сторону*

*Теория:* Правила перегиба корпуса в бок на середине зала, счёт, положение корпуса, рук, ног. Ощущение мышц, положение стоп. Понятие «квадрата плеч и бёдер».

*Практика:* Выполнение упражнения на месте в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* тренировочное занятие, практическое занятие.

#### **Раздел 1.4. Партерный тренаж**

##### **Тема 1.33. Упражнения на выворотность**

*Теория:* Правила выполнения упражнений на выворотность. Понятие «раскрывать колени».

*Практика:* Выполнение под музыкальный аккомпанемент в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* турнир, практическое занятие.

##### **Тема 1.34. упражнения на гибкость**

*Теория:* Правила выполнения упражнений на гибкость.

*Практика:* Выполнение под музыкальный аккомпанемент в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* конкурс, практическое занятие.

##### **Тема 1.35. упражнения на развитие шага**

*Теория:* Правила выполнения упражнений на увеличение танцевального шага.

*Практика:* Выполнение под музыкальный аккомпанемент в темпе 2/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* соревнования, практическое занятие.

### *Тема 1.36. упражнения на развитие подъёма*

*Теория:* Правила выполнения упражнений на развитие подъёма.

*Практика:* Выполнение под музыкальный аккомпанемент в темпе 4/4. Работа с закреплением мышц, ощущениями.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, показ.

## **Раздел 2. Ансамбль**

### **Раздел 2.1. Повторение правил внутреннего распорядка, техники безопасности**

*Тема 2.1. Инструктаж по технике безопасности.* Инструктаж по технике безопасности на занятиях хореографией, пожарной безопасности, вводный для учащихся.

*Теория:* правила техники безопасности, правила поведения на занятиях, правила поведения во Дворце, в общественных местах.

*Практика:* определение ближайших эвакуационных выходов.

*Стартовый уровень:* знает правила ТБ

*Базовый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации.

*Продвинутый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации, рассказывает о правилах поведения, помогает товарищам при ответе.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* устный опрос, беседа

*Базовый уровень:* устный опрос, викторина первого уровня сложности

*Продвинутый уровень:* устный опрос, викторина среднего уровня.

*Форма проведения занятия:* практическое занятие, опрос, викторина, использование дистанционного материала: <https://cloud.mail.ru/public/dwZr/MtXWpcwDR>

<https://cloud.mail.ru/public/zsrE/MV1vWYyrB>

<https://cloud.mail.ru/public/Was2/ZLnteVTNV>

## **Раздел 2.2. Постановочная работа**

### **Тема 2.2.**

**Теория:** Правила выполнения комбинации №1

**Практика:** Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

**Стартовый уровень:** Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

**Базовый уровень:** Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

**Продвинутый уровень:** выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

**Формы контроля:**

**Стартовый уровень:** визуальный контроль, опрос, наблюдение.

**Базовый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

**Продвинутый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

**Форма и методы проведения занятия:** творческие задания, практическое занятие.

### **Тема 2.3.**

**Теория:** Правила выполнения комбинации №2

**Практика:** Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

**Стартовый уровень:** Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

**Базовый уровень:** Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

**Продвинутый уровень:** выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

**Формы контроля:**

**Стартовый уровень:** визуальный контроль, опрос, наблюдение.

**Базовый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

**Продвинутый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

**Форма и методы проведения занятия:** концерт, практическое занятие.

### **Тема 2.4.**

**Теория:** Правила выполнения комбинации №3

**Практика:** Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

**Стартовый уровень:** Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

**Базовый уровень:** Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

**Продвинутый уровень:** выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

**Формы контроля:**

**Стартовый уровень:** визуальный контроль, опрос, наблюдение.

**Базовый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

**Продвинутый уровень:** визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

**Форма и методы проведения занятия:** творческие задания, практическое занятие.

### **Тема 2.5.**

*Теория:* Правила выполнения комбинации №4

*Практика:* Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* викторина, практическое занятие.

### *Тема 2.6.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №5

*Практика:* Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* репетиция (репетиционное занятие), практическое занятие.

### *Тема 2.7.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №6

*Практика:* Выполнение танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* конкурс, практическое занятие.

### *Тема 2.8.*

*Теория:* Правила выполнения соединения всех комбинаций в одно целое.

*Практика:* Выполнение всех танцевальных комбинаций под счёт. Выполнение всех танцевальных комбинаций под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческие задания, практическое занятие.

### *Тема 2.9.*

*Теория:* Правила выполнения соединения всех комбинаций в одно целое.

*Практика:* Выполнение всех танцевальных комбинаций под счёт. Выполнение всех танцевальных комбинаций под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческие задания, практическое занятие.

## **Раздел 2.3. Репетиционная работа**

### *Тема 2.10.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №1

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* конкурс, практическое занятие.

### *Тема 2.11.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №1

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* турнир, практическое занятие.

### *Тема 2.12.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №2

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

### *Тема 2.13.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №2

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческий отчет, практическое занятие.

### *Тема 2.14.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №3

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* конкурс, практическое занятие.

### *Тема 2.15.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №3

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

### *Тема 2.16.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №4

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работы с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* концерт, практическое занятие.

### *Тема 2.17.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №4

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работы с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческие задания, практическое занятие.

### *Тема 2.18.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №5

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* концерт, практическое занятие.

### *Тема 2.19.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №5

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* турнир, практическое занятие.

### *Тема 2.20.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №6

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* мастер-класс, практическое занятие.

## *Тема 2.21.*

*Теория:* Правила выполнения комбинации №6

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческий отчет, практическое занятие.

## *Тема 2.22.*

*Теория:* Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* концерт, практическое занятие.

## *Тема 2.23.*

*Теория:* Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* концерт, практическое занятие.

## *Тема 2.24.*

*Теория:* Темп при исполнении комбинаций. Дыхание.

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческие задания, практическое занятие.

### **Тема 2.25.**

*Теория:* Темп при исполнении комбинаций. Дыхание.

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* турнир, практическое занятие.

### **Тема 2.26.**

*Теория:* Актерское мастерство. Легкость исполнения.

*Практика:* Уточнение всех движений, поз, работа с переносом тяжести корпуса танцевальной комбинации под счёт. Выполнение танцевальной комбинации под музыку.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

## **Раздел 2.4. Мероприятия воспитательно-познавательного характера**

### **Тема 2.27.**

Квест-игра «Калейдоскоп»

### **Тема 2.28.**

Выход в картинную галерею, на выставку местного художника.

### **Тема 2.29.**

Выход в музей «На пути к победе»

*Тема 2.30.*

Соревнования на коньках

*Тема 2.31.*

Выход в зимний лес.

*Тема 2.32.*

Новогодний вечер.

*Тема 2.33.*

Выход в HD театр на балет

*Тема 2.34.*

Участие в городском праздновании 9 мая.

*Тема 2.35.*

Генеральная репетиция отчётного концерта

*Тема 2.36.* Отчётный концерт студии.

### **Раздел 3. Современный танец**

#### **Раздел 3.1. Повторение правил внутреннего распорядка, техники безопасности**

*Тема 3.1.*

Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности на занятиях хореографией, пожарной безопасности, вводный для учащихся.

*Теория:* правила техники безопасности, правила поведения на занятиях, правила поведения во Дворце, в общественных местах.

*Практика:* определение ближайших эвакуационных выходов.

*Стартовый уровень:* знает правила ТБ

*Базовый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации.

*Продвинутый уровень:* знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации, рассказывает о правилах поведения, помогает товарищам при ответе.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* устный опрос, беседа

*Базовый уровень:* устный опрос, викторина первого уровня сложности

*Продвинутый уровень:* устный опрос, викторина среднего уровня.

*Форма проведения занятия:* практическое занятие, опрос, викторина, использование дистанционного материала: <https://cloud.mail.ru/public/dwZr/MtXWpcwDR>

<https://cloud.mail.ru/public/zsrE/MV1vWYyrB>

<https://cloud.mail.ru/public/Was2/ZLnteVTNV>

### **Раздел 3.2. Упражнения на середине зала**

*Тема 3.2.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

ГОЛОВА:

- «крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону);
- «квадрат» без возврата в центр;
- «круг» головой;
- sundary (сандери) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону.

Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.

ПЛЕЧЕВОЙ ПОЯС:

- «крест» плечами вперед и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз);

- twist (твист) - изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции;
- шейк плеч.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* показ, практическое занятие.

### *Тема 3.3.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

**ГОЛОВА:**

- «крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону);
- «квадрат» без возврата в центр;
- «круг» головой;
- sundary (сандери) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону.

Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.

**ПЛЕЧЕВОЙ ПОЯС:**

- «крест» плечами вперед и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз);
- twist (твист) - изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции;
- шейк плеч.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* учебное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.4.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

**ГОЛОВА:**

- «крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону);
- «квадрат» без возврата в центр;
- «круг» головой;
- sundary (сандери) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону.

Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.

**ПЛЕЧЕВОЙ ПОЯС:**

- «крест» плечами вперед и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз);
- twist (твист) - изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции;
- шейк плеч.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* упражнения, практическое занятие.

### *Тема 3.5.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

**ГРУДНАЯ КЛЕТКА:**

- смещение в правую и левую стороны, руки во 2 позиции;
- frust – (фраст) резкие рывки из стороны в сторону и вперед – назад;
- подъем грудной клетки вверх и опускание вниз;
- вертикальный «крест»: вверх – в центр, в сторону – в центр, вниз – в центр, в другую сторону – в центр;
- горизонтальный «крест»: вперед – вправо, назад – влево.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* демонстрация, практическое занятие.

### *Тема 3.6.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

**ПЕЛВИС:**

- frust – рывки – вперед - в центр, назад – в центр. Так же из стороны в сторону;
- «крест» пельвисом с возвратом в центр;
- «квадрат» пельвисом без возврата в центр. Начало «квадрата» в правую и левую стороны;
- шимми – резкие повороты пельвиса в правую и левую стороны. Ноги во второй параллельной позиции;
- hip lift – подъем вверх одного бедра.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* мастер-класс, практическое занятие.

### *Тема 3.7.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

*ПЕЛВИС:*

- frust – рывки – вперед -в центр, назад – в центр. Так же из стороны в сторону;
- «крест» пельвисом с возвратом в центр;
- «квадрат» пельвисом без возврата в центр. Начало «квадрата» в правую и левую стороны;
- шимми – резкие повороты пельвиса в правую и левую стороны. Ноги во второй параллельной позиции;
- hip lift – подъем вверх одного бедра.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческая мастерская, практическое занятие.

### *Тема 3.8.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

*РУКИ:*

Переводы рук из одного положения в другое.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, открытое занятие.

### *Тема 3.9.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

*РУКИ:*

Переводы рук из одного положения в другое.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* показ, практическое занятие.

### *Тема 3.10.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

*НОГИ:*

- plie и releve в различных позициях и с переходом из позиции в позицию;
- brush – носком в пол на 45°, на 90°;
- flex колена и стопы (на 45°, 90°);
- kick вперед, в сторону и назад.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* конкурс, практическое занятие.

### *Тема 3.11.*

*Теория:* Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат.

*Практика:* Изоляция

*НОГИ:*

- plie и releve в различных позициях и с переходом из позиции в позицию;
- brush – носком в пол на 45°, на 90°;
- flex колена и стопы (на 45°, 90°);
- kick вперед, в сторону и назад.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* творческий отчет, практическое занятие.

### *Тема 3.12.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка.

*Passé* на полной стопе по I параллельной и out-позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* мастер-класс, практическое занятие.

### *Тема 3.13.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка.

*Passé* на полной стопе по I параллельной и out-позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* открытое занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.14.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка

*Arch* по I, II параллельным и out-позициям.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* контрольное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.15.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка

Arch по I, II параллельным и out-позициям.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* репетиция (репетиционное занятие), практическое занятие.

### **Тема 3.16.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка Side stretch.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* упражнения, практическое занятие.

### **Тема 3.17.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка

Side stretch.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

### **Тема 3.18.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Упражнения у станка

Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: демонстрация, практическое занятие.

### *Тема 3.19.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Упражнения у станка

Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: тренировочное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.20.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Упражнения у станка

Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: тренировочное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.21.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Упражнения у станка

Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.  
*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.  
*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, упражнения.

### **Тема 3.22.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, упражнения.

### **Тема 3.23.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, учебное занятие.

### **Тема 3.24.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Deep body bend. (глубокий изгиб тела)

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, контрольное занятие.

### *Тема 3.25.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Deep body bend. (глубокий изгиб тела)

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, игра.

### *Тема 3.26.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Arch по I параллельной позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

### *Тема 3.27.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Arch по I параллельной позиции.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* демонстрация, практическое занятие.

### *Тема 3.28.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Arch по II параллельной позиции.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: показ, практическое занятие.

### *Тема 3.29.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Экзерсис на середине зала

Arch по II параллельной позиции.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: показ, практическое занятие.

### *Тема 3.30.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Экзерсис на середине зала

Arch по out-позициям.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень*: выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля*:

*Стартовый уровень*: визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень*: визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия*: учебное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.31.*

*Теория*: Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика*: Экзерсис на середине зала

Side stretch.

*Стартовый уровень*: Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень*: Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* игра, практическое занятие.

### *Тема 3.32.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Side stretch.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* упражнения, практическое занятие.

### *Тема 3.33.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Contraction

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* тренировочное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.34.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала

Contraction

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.  
*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.  
*Форма и методы проведения занятия:* показ, практическое занятие.

### *Тема 3.35.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала release.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* контрольное занятие, практическое занятие.

### *Тема 3.36.*

*Теория:* Правила выполнения упражнений у станка. Ось. Квадрат.

*Практика:* Экзерсис на середине зала release.

*Стартовый уровень:* Выполняет при помощи педагога с небольшими ошибками.

*Базовый уровень:* Выполняет самостоятельно, самостоятельно исправляет ошибки, контролирует тело сам изнутри, не отвлекается.

*Продвинутый уровень:* выполняет самостоятельно, помогает педагогу в контроле выполнения упражнения.

*Формы контроля:*

*Стартовый уровень:* визуальный контроль, опрос, наблюдение.

*Базовый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, тест, самостоятельная работа.

*Продвинутый уровень:* визуальный контроль, наблюдение, контрольное задание, самостоятельная работа.

*Форма и методы проведения занятия:* мастер-класс, практическое занятие.

## **Раздел 2.5. Контрольные срезы**

### *Вводный контроль*

*Теория:* отработка движений классического и современного танца.

*Практика:* нет четкости в исполнении движений.

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

### *Промежуточный контроль*

*Теория:* отработка движений классического и современного танца.

*Практика:* знает движения классического и современного танца, но замедленная координация.

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

### *Итоговый контроль*

*Теория:* отработка программных движений классического и современного танца

*Практика:* знает движения классического и современного танца. Точно координирует, исполняет в такт музыки.

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

**Календарный учебный график**  
**2 год обучения гр. №3**  
**Классический танец**

№ п/п	месяц	число	время проведения занятия	форма занятия	количество часов	тема занятия	место проведения	форма контроля
1.	сентябрь	7	15.00	групповая	2	Инструктаж по технике безопасности	104 кабинет	опрос, наблюдение
2.	сентябрь	14	15.00	групповая	2	Постановка корпуса лицом к станку	104 кабинет	опрос, наблюдение
3.	сентябрь	21	15.00	групповая	2	Батмерт тандю жете	104 кабинет	опрос, наблюдение
4.	сентябрь	28	15.00	групповая	2	Вводный контроль	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
5.	октябрь	5	15.00	групповая	2	Вертикальная складка в продвижении	104 кабинет	опрос, наблюдение
6.	октябрь	12	15.00	групповая	2	Ход в полном присяде	104 кабинет	опрос, наблюдение
7.	октябрь	19	15.00	групповая	2	Шаги с носка на полупальцах по 1 позиции	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
8.	октябрь	26	15.00	групповая	2	Ход на пятках	104 кабинет	опрос, наблюдение
9.	ноябрь	2	15.00	групповая	2	Вынос ноги на 90 из 1 позиции вперед	104 кабинет	опрос, наблюдение
10.	ноябрь	9	15.00	групповая	2	Положение ноги на пассе в не выворотном и выворотном положении	104 кабинет	тест, самостоятельная работа

11.	ноябрь	16	15.00	групповая	2	маршировка на полупальцах	104 кабинет	опрос, наблюдение
12.	ноябрь	23	15.00	групповая	2	Маршировка, шаги	104 кабинет	опрос, наблюдение
13.	ноябрь	30	15.00	групповая	2	Гранд батмент из 1 позиции	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
14.	декабрь	7	15.00	групповая	2	Релеве лянд в сторону	104 кабинет	опрос, наблюдение
15.	декабрь	14	15.00	групповая	2	Выворотные позиции ног 1,2	104 кабинет	опрос, наблюдение
16.	декабрь	21	15.00	групповая	2	Промежуточный контроль	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
17.	декабрь	28	15.00	групповая	2	Подготовка к вращениям (повороты головы)	104 кабинет	опрос, наблюдение
18.	январь	11	15.00	групповая	2	Подготовка к вращениям на шагах	104 кабинет	опрос, наблюдение
19.	январь	18	15.00	групповая	2	Вращения на шагах	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
20.	январь	25	15.00	групповая	2	Поворот на шагах на полупальцах	104 кабинет	опрос, наблюдение
21.	февраль	1	15.00	групповая	2	Port de bras назад	104 кабинет	опрос, наблюдение
22.	февраль	8	15.00	групповая	2	Пор де бра в сторону	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
23.	февраль	15	15.00	групповая	2	Вертикальная складка в продвижении	104 кабинет	опрос, наблюдение
24.	февраль	22	15.00	групповая	2	Позиции рук, положение локтя,	104 кабинет	опрос,

						кисти		наблюдение
25.	март	1	15.00	групповая	2	Выворотные позиции ног 1,2	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
26.	март	8	15.00	групповая	2	Работа стоп при прыжках с двух ног на две по выворотным позициям и по не выворотной позиции	104 кабинет	опрос, наблюдение
27.	март	15	15.00	групповая	2	Подготовка к вращениям (повороты головы)	104 кабинет	опрос, наблюдение
28.	март	22	15.00	групповая	2	Подготовка к вращениям на шагах	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
29.	март	29	15.00	групповая	2	Вращения на шагах	104 кабинет	
30.	апрель	5	15.00	групповая	2	Поворот на шагах на полупальцах	104 кабинет	опрос, наблюдение
31.	апрель	12	15.00	групповая	2	Port de bras назад	104 кабинет	опрос, наблюдение
32.	май	19	15.00	групповая	2	Port de bra в сторону	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
33.	май	26	15.00	групповая	2	Упражнения на выворотность	104 кабинет	опрос, наблюдение
34.	май	10	15.00	групповая	2	Упражнения на гибкость	104 кабинет	опрос, наблюдение
35.	май	17	15.00	групповая	2	Итоговый контроль	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
36.	май	24	15.00	групповая	2	Упражнения на развитие подъема	104 кабинет	открытое занятие

## Ансамбль

№ п/п	месяц	число	время проведения занятия	форма занятия	количество часов	тема занятия	место проведения	форма контроля
1.	сентябрь	6	15.00	групповая	2	Инструктаж по технике безопасности	104 кабинет	опрос, наблюдение
2.	сентябрь	13	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №1	104 кабинет	опрос, наблюдение
3.	сентябрь	20	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №2	104 кабинет	опрос, наблюдение
4.	октябрь	27	15.00	групповая	2	Вводный контроль	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
5.	октябрь	4	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №3	104 кабинет	педагогическое наблюдение
6.	октябрь	11	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №4	104 кабинет	опрос, наблюдение
7.	октябрь	18	15.00	контрольное занятие	2	Правила выполнения комбинации №5	104 кабинет	опрос, наблюдение
8.	октябрь	25	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №6	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
9.	ноябрь	1	15.00	групповая	2	Правила выполнения соединения всех комбинаций в одно целое.	104 кабинет	педагогическое наблюдение
10.	ноябрь	8	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №1	104 кабинет	опрос, наблюдение
11.	ноябрь	15	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №1	104 кабинет	опрос, наблюдение
12.	ноябрь	22	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №2	104 кабинет	тест, самостоятельная

								работа
13.	ноябрь	29	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №2	104 кабинет	опрос, наблюдение
14.	декабрь	6	15.00	групповая	2	Промежуточный контроль	104 кабинет	опрос, наблюдение
15.	декабрь	13	15.00	воспитательное мероприятие	2	Мероприятия в каникулы	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
16.	декабрь	20	15.00	групповая	2	Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.	104 кабинет	опрос, наблюдение
17.	декабрь	27	15.00	групповая	2	Воспитательное мероприятие	104 кабинет	опрос, наблюдение
18.	январь	10	15.00	групповая	2	Темп при исполнении комбинаций. Дыхание.	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
19.	январь	17	15.00	групповая	2	Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.	104 кабинет	опрос, наблюдение
20.	январь	24	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №3	104 кабинет	опрос, наблюдение
21.	январь	31	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №3	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
22.	февраль	7	15.00	групповая	2	Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.	104 кабинет	опрос, наблюдение
23.	февраль	14	15.00	групповая	2	Воспитательное мероприятие	104 кабинет	опрос, наблюдение
24.	февраль	21	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №4	104 кабинет	тест, самостоятельная

								работа
25.	февраль	28	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №4	104 кабинет	опрос, наблюдение
26.	март	14	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №5	104 кабинет	опрос, наблюдение
27.	март	21	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №6	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
28.	март	28	15.00	групповая	2	Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.	104 кабинет	опрос, наблюдение
29.	апрель	4	15.00	контрольное занятие	2	Итоговый контроль	104 кабинет	опрос, наблюдение
30.	апрель	11	15.00	групповая	2	Актерское мастерство. Легкость исполнения.		тест, самостоятельная работа
31.	апрель	18	15.00	групповая	2	Темп при исполнении комбинаций. Дыхание.	104 кабинет	педагогическое наюлюдение
32.	апрель	25	15.00	групповая	2	Воспитательное мероприятие	104 кабинет	педагогическое наблюдение
33.	май	16	15.00	групповая	2	Правила выполнения комбинации №6	104 кабинет	зачёт
34.	май	23	15.00	групповая	2	Правила выполнения всех комбинаций, техника исполнения.	104 кабинет	опрос, наблюдение
35.	май	30	15.00	групповая	2	Контрольное занятие	104 кабинет	опрос, наблюдение
36.	май	31	15.00	групповая	2	Воспитательное мероприятие	104 кабинет	тест, самостоятельная работа

## Современный танец

№ п/п	месяц	число	время проведения занятия	форма занятия	количество часов	тема занятия	место проведения	форма контроля
1.	сентябрь	8	13.00	групповая	2	Инструктаж по технике безопасности	104 кабинет	опрос, наблюдение
2.	сентябрь	5	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Голова	104 кабинет	опрос, наблюдение
3.	сентябрь	12	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Голова	104 кабинет	опрос, наблюдение
4.	сентябрь	19	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Голова	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
5.	сентябрь	26	13.00	групповая	2	Вводный контроль	104 кабинет	опрос, наблюдение
6.	октябрь	3	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Грудная клетка	104 кабинет	опрос, наблюдение
7.	октябрь	10	13.00	контрольное занятие	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Пельвис	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
8.	октябрь	17	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Руки	104 кабинет	опрос, педагогическое наблюдение
9.	октябрь	24	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Ноги	104 кабинет	опрос, педагогическое наблюдение
10.	октябрь	31	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось.	104 кабинет	зачёт

						Квадрат. Ноги		
11.	ноябрь	7	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Пелвис	104 кабинет	опрос, наблюдение
12.	ноябрь	14	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.	104 кабинет	опрос, наблюдение
13.	ноябрь	21	13.00	групповая	2	Правила выполнения изоляционных движений. Ось. Квадрат. Arch по I, II параллельным и out-позициям.	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
14.	ноябрь	28	13.00	групповая	2	Arch по I, II параллельным и out-позициям.	104 кабинет	опрос, наблюдение
15.	декабрь	5	13.00	групповая	2	Arch по I, II параллельным и out-позициям.	104 кабинет	опрос, наблюдение
16.	декабрь	12	13.00	групповая	2	Упражнения у станка Side stretch.	104 кабинет	опрос, наблюдение
17.	декабрь	19	13.00	групповая	2	Промежуточный контроль	104 кабинет	опрос, наблюдение
18.	декабрь	26	13.00	групповая	2	Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.	104 кабинет	опрос, наблюдение
19.	январь	16	13.00	групповая	2	Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.	104 кабинет	тест, самостоятельная работа
20.	январь	23	13.00	групповая	2	Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.	104 кабинет	опрос, наблюдение
21.	январь	30	13.00	групповая	2	Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.	104 кабинет	опрос, наблюдение

22.	февраль	6	13.00	групповая	2	Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.	104 кабинет	тест, наблюдение
23.	февраль	13	13.00	групповая	2	Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.	104 кабинет	опрос, наблюдение
24.	февраль	20	13.00	групповая	2	Deep body bend. (глубокий изгиб тела)	104 кабинет	опрос, наблюдение
25.	февраль	27	13.00	групповая	2	Deep body bend. (глубокий изгиб тела)	104 кабинет	опрос, наблюдение
26.	март	6	13.00	групповая	2	Arch по I параллельной позиции.	104 кабинет	опрос, наблюдение
27.	март	13	13.00	групповая	2	Arch по I параллельной позиции.	104 кабинет	опрос, наблюдение
28.	март	20	13.00	групповая	2	Arch по II параллельной позиции	104 кабинет	тест, наблюдение
29.	март	27	13.00	групповая	2	Arch по out-позициям	104 кабинет	опрос, наблюдение
30.	апрель	3	13.00	групповая	2	Arch по out-позициям	104 кабинет	опрос, наблюдение
31.	апрель	10	13.00	групповая	2	Экзерсис на середине зала Side stretch	104 кабинет	тест, наблюдение
32.	апрель	17	13.00	групповая	2	Экзерсис на середине зала Side stretch	104 кабинет	открытое занятие
33.	апрель	24	13.00	групповая	2	Экзерсис на середине зала Contraction	104 кабинет	опрос, наблюдение
34.	май	15	13.00	групповая	2	Экзерсис на середине зала Contraction	104 кабинет	опрос, наблюдение
35.	май	22	13.00	контрольное занятие	2	Итоговый контроль	104 кабинет	открытое занятие, зачёт
36.	май	29	13.00	групповая	2	Заключительное занятие	104 кабинет	опрос, наблюдение