

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

Приказ № 169

от « 26 » 08 2021 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ  
«ПИРУЭТ»**

**направленность:** художественная

**возраст обучающихся:** 14-16 лет

**группа № 6**

**год обучения:** 8 год (144 часа)

Бахтиярова Гюльнара Исмаиловна,  
педагог дополнительного образования  
отдела художественного воспитания

**НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021**

## Планируемые результаты

| раздел, тема                                 | результат                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | механизм отслеживания                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | высокий уровень                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | средний уровень                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | низкий уровень                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| классический танец                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Введение. Инструктаж по технике безопасности | знание требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих, соблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                                                                                                                              | знание, но не соблюдение требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих не в полной мере и несоблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                                                                                                               | не знание требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, не соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих, не соблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                                                                          | Беседа, опрос, наблюдения                                                                                                                                                                                                                                 |
| Экзерсис                                     | создает художественный сценический образ в движениях классического экзерсиса, обладает высоким художественным, эстетическим вкусом и творческим воображением, в движениях экзерсиса у станка проявляет профессиональные качества, необходимые для танцора, отлично выполняет более сложный классический экзерсис у станка, знает, дает полный ответ, умеет правильно исполнить без | выполняет элементы классического экзерсиса по показу педагога, новые элементы движений экзерсиса с трудом выучивает, соединяя в комбинации движения, изученные ранее с трудом запоминает, знает положение, но при ответе допускает неточности, при исполнении допускает неточности, требуется напоминание и показ педагога, не всегда правильно выполняет движение, но есть желание к усовершенствованию. | исполняя движения у станка, не знает правила и требования классического экзерсиса, не всегда слушает музыкальное сопровождение и не выполняет требования педагога, не знает исполнение последовательност и движений, выполняя упражнения классического станка, не может добиться эмоциональности, гармоничности и координации движений. | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |

|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             | помощи педагога, выполняет чётко все элементы экзерсиса.                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Упражнения на середине зала | отлично владеет навыком «нового движения», точно и правильно осваивает новую информацию, чётко, легко выполняет изученный материал, четко слышит и грамотно воспроизводит ритм, при вращениях чётко работает головой, правильно применяя термин «держат точку».                                                                  | нечётко выполняет ритмический рисунок дробы, но есть желание улучшить результат, при вращениях хорошо держит голову, не всегда внимателен при получении нового материала, знает последовательность, но не всегда в соответствии с музыкой.                                                                                                                                       | не видит своих ошибок и не умеет их исправлять, нет внутренней собранности и подготовленности, не знает правила исполнения упражнений на середине зала, исполняя движения на середине, не проявляет инициативу, не запоминает упражнение, нет тренировки памяти.                                                             | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |
| Прыжки                      | во время прыжка на две ноги, ноги, как правило, держит напряженными вытянутыми в колене, подъеме и пальцах, а на одну ногу принимает положение выворотности верхней части ноги и стройной спины, есть техника и качество исполнения прыжков, знает технику выполнения прыжков отлично, хорошо развита сила толчка, имеет высокий | темп прыжковых упражнений соответствует требованиям программы, но не до конца фразы сохраняется этот темп, исполняя прыжки, ноги поставлены правильно, есть выворотность, развита и укреплена ступня, но нет стремительного, эластичного demi plie, знает технику выполнения прыжков, но допускает неточности, прыжок хороший, но приземляется на прямые ноги, есть стремление к | при прыжках неправильно распределяет тяжесть корпуса на двух и на одной ноге, не уделяет внимания в учебной работе развитию и укреплению прыжкового demi plie, не умеет точно воспроизводить рисунок исполняемого прыжка, не стремится улучшить свой результат, нет толчка, взлета и завершения прыжка и нет согласованности | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | прыжок, отличное знание техники прыжка и его выполнения.                                                                                                                                                                                                                                                                       | улучшению результата, но не всегда получается.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | движения головы, рук, корпуса и ног, темп прыжковых упражнений не соответствует с требованиями программы.                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Репетиционная работа | умеет исполнять проученные движения и соединять их в комбинации, умеет самостоятельно составлять танцевальные этюды и исполнять их, используя при этом более сложную танцевальную лексику, исполняет классический танец легко, в манере, эмоционально, может раскрыть сюжетную линию, показать различную стилевую особенность. | соединяет элементарные движения в танцевальные комбинации, но не доводит дело до конца, классический танец исполняет не всегда чётко, но в согласовании с музыкой, умеет быстро строить заданную фигуру и рисунок танца по показу педагога, соединяет элементарные движения в танцевальные комбинации, но не доводит дело до конца. | нет четкости в исполнении движений в танце, нет эмоционального строя, характера и образной выразительности в танце, не имеет хорошей двигательной памяти, не умеет рассчитывать свои силы, соотносить свои движения с движениями партнера. | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |
|                      | вводный контроль                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Контрольные срезы    | танцевальные композиции выполняет уверенно, не допускает ошибок, все движения выполнены с правильной последовательностью                                                                                                                                                                                                       | танцевальные композиции выполняет недостаточно уверенно, допускает небольшие погрешности                                                                                                                                                                                                                                            | танцевальные композиции выполняет слабо, допускает грубые ошибки                                                                                                                                                                           | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i>                                                    |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                    | устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.                                                                                                                                                                                                                                                   |
|  | промежуточный контроль                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|  | технически<br>правильно<br>выполнены все<br>комбинации, без<br>ошибок в<br>последовательнос<br>ти движений, нет<br>путаницы в<br>терминологии,<br>высокий уровень<br>частоты движения                                                                                                                                                               | технически<br>выполнено с<br>небольшими<br>ошибками, путаница в<br>терминологии, в<br>некоторых<br>комбинациях не<br>хватает частоты и<br>выразительности<br>исполнения                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | плохая мышечная<br>память, большие<br>технические<br>ошибки в<br>исполнении<br>комбинации,<br>мышцы не<br>подтянуты,<br>ощущение, что<br>проходит работа в<br>полноги                                                                              | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>творческое<br>задание,<br>викторина.<br><i>средний</i><br><i>уровень:</i> устный<br>опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина. |
|  | итоговый контроль                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|  | максимально<br>правильно<br>исполняет все<br>упражнения,<br>выполняет полные<br>шпагаты по всем<br>направлениям,<br>складывается в<br>полную «складку»<br>в различных<br>вариациях,<br>выполняет<br>выпады вперед<br>технически<br>правильно с<br>активной работой<br>корпуса<br>(положение<br>диагонали,<br>параллельно полу,<br>вертикально полу) | правильное<br>исполнения<br>некоторых<br>упражнений, больше<br>половины из всего<br>комплекса, выполняет<br>правильно 2 полных<br>шпагата в партере,<br>«складка» даже в<br>самой простой форме<br>имеет неполное<br>соприкосновение<br>корпуса и ног, но<br>стремиться к<br>максимально<br>правильному<br>результату, мышцы<br>мягкие и податливые,<br>выпады на одну ногу<br>вперед технически<br>правильные, но<br>недостаточно<br>глубокие и<br>затруднена работа<br>спины | большинство<br>упражнений<br>выполнено<br>технически<br>неправильно,<br>полных шпагатов<br>нет, высокая и<br>жесткая спина при<br>выполнении<br>складки, выпады<br>слабые и<br>неустойчивые.<br>корпус при<br>выполнении<br>выпадов не<br>работает | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>творческое<br>задание,<br>викторина.<br><i>средний</i><br><i>уровень:</i> устный<br>опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина. |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Культурно-досуговые мероприятия                 | «Посвящение в кружковцы»,<br>«Новогодняя сказка»,<br>«Татарстан - мой край родной»,<br>«История хореографии»,<br>«На балу у Золушки»,<br>посещение театра оперы и балета в г. Казани;<br>посещение концертов ансамбля танца «Булгары»,<br>концерт в парке Победы и участие в театрализации посвященному «Дню Победы»<br>посещение Поста № 1 и музея Боевой Славы дворца |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | устный опрос,<br>наблюдение,<br>викторина,<br>музыкальная гостиная<br>беседа,<br>творческое задание                                                                                                                                                                |
| акробатика                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Введение.<br>Инструктаж по технике безопасности | знание требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих, соблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                                                                                                                   | знание, но не соблюдение требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих не в полной мере и не соблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                                                                                                 | не знание требований к местам занятий, оборудованию, санитарно-гигиенических требований к местам занятий, не соблюдение основ здорового образа жизни и его составляющих, не соблюдение правил поведения во дворце и на занятии                                                              | беседа, опрос, наблюдения                                                                                                                                                                                                                                          |
| Разминка                                        | может освоить более сложные танцевальные элементы, исполняет технически грамотно усложненные комбинации при которых развита артистичность и чувство поз, знает, дает полный ответ, умеет правильно исполнить без помощи педагога, выполняет чётко все элементы разминки, развито внимание при освоении ритмических                                                      | умеет гармонично сочетать движения ног, корпуса, рук и головы для достижения выразительности и осмысленности танца, но не доводит правильность исполнения движений до конца, знает положение, но при ответе допускает неточности, при исполнении допускает неточности, требуется напоминание и показ педагога, не всегда правильно выполняет движение, но есть желание к усовершенствованию. | не владеет сценической площадкой, не может анализировать исполнение движений, не может определить по звучанию музыки характер танца, нет выразительности рук, лица, позы, не знает исполнение последовательность и движений, не различает танцевальные жанры, их специфические особенности. | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |

|                  | комбинаций.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Партерный тренаж | знает методику изученных движений партерного тренажа, может анализировать и исправлять допущенные ошибки самостоятельно без замечаний педагога чётко, легко выполняет изученный материал, отлично владеет навыком «нового движения», точно и правильно осваивает новую информацию, чутко слышит и грамотно воспроизводит ритм, при вращениях, чётко работает головой, правильно применяя термин «сила ног». | справляется с темпом выполнения партерного тренажа, знает все названия движений партера, но не старается правильно их выполнить, знает последовательность, но не всегда в соответствии с музыкой, нечётко выполняет ритмический рисунок, но есть желание улучшить результат, не всегда внимателен при получении нового материала.   | не знает названия движений партерного тренажа, не знает правила исполнения простых движений, не умеет свободно координировать движение рук, ног, головы, корпуса, неграмотно и невыразительно исполняет элементарные комбинации.                                 | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |
| Прыжки           | при выполнении прыжка правильное положение корпуса, ноги подвижны, пружинисты, отсюда правильная толчковая сила, знает технику выполнения прыжков отлично, хорошо развита сила толчка, имеет высокий прыжок, отличное знание техники прыжка и его выполнения, выполняет                                                                                                                                     | исполняя прыжки, ноги поставлены правильно, есть выворотность, развита и укреплена ступня, но нет стремительного, эластичного demi plie, знает технику выполнения прыжков, но допускает неточности, прыжок хороший, но приземляется на прямые ноги, есть стремление к улучшению результата, но не всегда получается, темп прыжковых | отсутствует техника прыжка, задираются то руки, то плечи или прыжок выполняется всем корпусом. прыжок слабый, неуверенный, тяжелый. не стремится улучшить свой результат, прыжок выполняет невысокий, отсюда и неправильное приземление, все части тела работают | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | чистый, высокий прыжок с зависанием в воздухе, при этом, приземляясь прыжок становится легким, эластичным и спокойным.                                                                                                                                                                   | упражнений соответствует требованиям программы, но не до конца фразы сохраняется этот емп.                                                                                                                                                                                                                                            | неправильно, напряженно и с большими ошибками в области позиции рук, ног, головы и корпуса, ноги при приземлении должны быть удлиненными и мягкими, а не втыкались прямыми и жесткими.                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Репетиционная работа | самостоятельно на слух определяет танцевальные жанры, изучаемые на занятиях, точно и ловко выполняет танцевальные движения, исполняет движение легко, движется в соответствии с характером музыки, самостоятельно меняет движение в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом. | двигается, приблизительно, в характере музыки, с помощью подсказки педагога меняет движение в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом, классический танец исполняет не всегда чётко, но в согласовании с музыкой, внимателен и наблюдателен в исполнении движений в классическом танце, но не всегда владел уверенностью. | нет ориентации в хореографическом зале и на сцене, не умеет работать в коллективе, не старается развить в себе внимательность, наблюдательность, нет четкости в исполнении движений, нет эмоционального настроения танца, манеры исполнения, а также техники исполнения движений, не знает характера и содержания танца. | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. |
| Контрольные срезы    | вводный контроль                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                      | в заданных комбинациях руки сложно скоординированы и при этом все позиции рук исполняются четко, без погрешностей                                                                                                                                                                        | в комбинациях руки работают достаточно хорошо, но положения смазаны, координация в сложных переходах немного «хромает»                                                                                                                                                                                                                | в комбинациях плохо работают руки, положения смазаны, координация нарушена                                                                                                                                                                                                                                               | <i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина.<br><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.<br><i>низкий уровень:</i>                                                    |

|                                 |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                 | промежуточный контроль                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                 | технически<br>качественное и<br>художественно<br>осмысленное<br>исполнение<br>концертных<br>номеров,<br>отвечающее всем<br>требованиям на<br>данном этапе<br>обучения, знание<br>музыкальной<br>грамоты | отвлекается, не<br>достаточно собран, в<br>результате чего<br>видны неточности в<br>выполнении<br>поставленной задачи                                                  | часто отвлекается<br>и допускает<br>множество<br>ошибок при<br>выполнении<br>работы, не точен в<br>понимании и<br>исправлении этих<br>ошибок,<br>промежуточная<br>оценка<br>приобретаемых<br>навыков,<br>понимания<br>допускаемых им<br>неточностей и их<br>исправление,<br>после замечания<br>преподавателя. | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>творческое<br>задание,<br>викторина.<br><i>средний<br/>уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина. |
|                                 | итоговый контроль                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                 | выступление<br>может быть<br>названо<br>концертным,<br>блестящая,<br>отточенная,<br>виртуозная<br>техника, яркий<br>артистизм,<br>проявление<br>индивидуальной<br>исполнительской<br>манеры             | неуверенное<br>технически или<br>эмоционально<br>осмысленное<br>исполнение с<br>небольшим<br>количеством<br>выраженных<br>недочетов, неумение<br>настроиться на работу | исполнение с<br>большим<br>количеством<br>недочетов, а<br>именно:<br>неграмотно и<br>невнятно<br>выполненное<br>движение, слабая<br>техническая<br>подготовка,<br>неумение<br>анализировать<br>свое исполнение                                                                                                | <i>высокий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>творческое<br>задание,<br>викторина.<br><i>средний<br/>уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение,<br>прослушивание<br>викторина.<br><i>низкий уровень:</i><br>устный опрос,<br>наблюдение                                 |
| Оздоровительн<br>ые мероприятия | «Веселые старты» с участием родителей,<br>«Дни здоровья»,<br>выход в лес,<br>выход на Скалодром                                                                                                         |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | наблюдение,<br>прослушивание,<br>творческое<br>задание,<br>наблюдение,<br>викторина,<br>музыкальная<br>гостиная                                                                                                                                                                                         |

## Содержание программы

### Классический танец

#### Раздел 1. Вводное занятие

*Теория. Инструктаж по технике безопасности.* Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. Хореографическое искусство и его роль в жизни человека. Развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации ребенка.

*Формы и методы проведения занятий:* викторина

#### Раздел 2. Экзерсис у станка

*Тема 2.1. Demi и Grands plie из IV позиции*

*Теория:* отработка движения demi и grands plie из IV позиции, показ.

*Практика:* уметь исполнить движение выразительно

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

*Тема 2.2. Battement tendu – усложненная комбинация*

*Теория:* отработка движения battement tendu, объяснение, показ.

*Практика:* уметь исполнить движение на вытянутых коленях.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

*Тема 2.3. Battement tendu jete – entournen*

*Теория:* отработка движения battement tendu jete – entournen, объяснение.

*Практика:* уметь грамотно исполнить движение.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

*Тема 2.4. Double frappes на полупальцах*

*Теория:* отработка движения double frappes на полупальцах, показ.

*Практика:* уметь исполнить движение на вытянутых коленях и высоких полупальцах.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586320](https://vk.com/topic-203630227_47586320)

*Тема 2.5. Double fondues на полупальцах*

*Теория:* отработка движения double fondues на полупальцах, показ.

*Практика:* выразительно исполнить движение double fondues на полупальцах

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586324](https://vk.com/topic-203630227_47586324)

*Тема 2.6. Подготовка к турам с IV позиции у станка*

*Теория:* отработка движения с выворотным коленом, объяснение, показ.

*Практика:* уметь исполнить движение с выворотным коленом.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

*Тема 2.7. Sous de pies у станка*

*Теория:* отработка sous de pies у станка, объяснение, показ.

*Практика:* зафиксировать sous de pies у станка

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

*Тема 2.8. Grands battement jete с туром из V позиции*

*Теория:* отработка движения grands battement jete с туром из V позиции, показ.

*Практика:* уметь одновременно приземлиться на опорную ногу и раскрыть рабочую ногу.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, выполнение упражнения, творческое задание

### **Раздел 3. Упражнения на середине зала**

*Тема: 3.1. Tours из IV позиции на середине зала*

*Теория:* отработка движения туры с IV позиции на середине зала, показ.

*Практика:* уметь работать на точку.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом

*Тема: 3.2. Battement tendu и battement tendu jete entournen на середине зала*

*Теория:* отработка движений battement tendu и battement tendu jete entournen на середине зала, объяснение и показ движений.

*Практика:* уметь грамотно исполнить движение.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом

*Тема: 3.3. Викторина: «Угадай, позу»*

*Теория:* отработка движений различных поз, показ.

*Практика:* уметь отгадывать позы.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом

*Тема: 3.4. Контрольные срез на пройденные комбинации*

*Теория:* отработка комбинаций, объяснение, показ.

*Практика:*

Стартовый уровень: исполнять грамотно и выразительно заданные комбинации.

Базовый уровень: выполняя движения заданных комбинаций, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя движения заданных комбинаций, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом

### **Раздел 4. Прыжки**

*Тема 4.1. Усложнение комбинаций прыжков*

*Теория:* отработка усложненных комбинаций прыжков, объяснение и показ движения.

*Практика:* уметь высоко выпрыгнуть и выворотом приземлиться.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586334](https://vk.com/topic-203630227_47586334)

*Тема 4.2. Sesson ferme*

*Теория:* отработка движения sesson ferme, объяснение и показ движения.

*Практика:* показать высокий прыжок и выворотное приземление в позицию.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

*Тема 4.3. Контрольный срез на прыжки (прыжок Сессон ферме)*

*Теория:* отработка высокого прыжка, объяснение и показ движения.

*Практика:* показать высокий прыжок и выворотное приземление в позицию.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

*Тема 4.4. Составить комбинацию из ранее пройденных прыжков*

*Теория:* отработка комбинации из ранее пройденных прыжков, объяснение и показ движения.

*Практика:* уметь грамотно составить комбинации.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586334](https://vk.com/topic-203630227_47586334)

## **Раздел 5. Вращения**

*Тема 5.1. Вращения (Шене по кругу)*

*Теория:* отработка точки во вращении, объяснение и показ движения.

*Практика:* уметь работать на точку.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586361](https://vk.com/topic-203630227_47586361)

*Тема 5.2. Соединения chene с вращением ноги на sou de pie*

*Теория:* отработка движения chene с вращением ноги на sou de pie объяснение и показ движения.

*Практика:* уметь вращать с выворотной ногой.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586391](https://vk.com/topic-203630227_47586391)

*Тема 5.3. Закрепление движений на вращение (вращение ноги на sou de pie)*

*Теория:* отработка движений во вращении, объяснение и показ движения.

*Практика:* уметь вращать с выворотной ногой.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586404](https://vk.com/topic-203630227_47586404)

*Тема 5.4. Контрольный срез на вращения (Шене по диагонали)*

*Теория:* отработка точки и выворотности ног, объяснение и показ движения.

*Практика:* держать точку и выворотную ногу.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586371](https://vk.com/topic-203630227_47586371)

## **Раздел 6. Репетиционная работа**

*Тема 6.1. Репетиционная работа*

*Теория:* отработка пройденных комбинаций, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения пройденных комбинаций (вращение на ку де пье по

диагонали)

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586404](https://vk.com/topic-203630227_47586404)

#### Тема 6.2. Репетиционная работа

*Теория:* отработка ранее изученных движений, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения ранее изученных движений.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586334](https://vk.com/topic-203630227_47586334)

#### Тема 6.3. Репетиционная работа

*Теория:* отработка упражнений на развитие подвижности стопы, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения упражнений на развитие подвижности стопы.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа.

#### Тема 6.4. Репетиционная работа

*Теория:* отработка упражнений на развитие голеностопного сустава, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

#### Тема 6.5. Репетиционная работа

*Теория:* отработка упражнений на развитие гибкости, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения упражнений на развитие гибкости.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа.

#### Тема 6.6. Репетиционная работа

*Теория:* отработка упражнений на укрепление позвоночника, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения упражнений на укрепление позвоночника.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

#### Тема 6.7. Репетиционная работа

*Теория:* отработка вращений (контрольный срез на вращения «Ку де пье»), объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения вращения на «Ку де пье».

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

#### Тема 6.8. Репетиционная работа

*Теория:* отработка упражнений на выворотность ног, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения упражнений на выворотность ног.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

**Тема 6.9. Репетиционная работа**

*Теория:* отработка пройденных комбинаций, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения пройденных комбинаций..

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

**Тема 6.10. Репетиционная работа**

*Теория:* отработка пройденных движений, объяснение и показ движения.

*Практика:* справляться со всеми предложенными в программе движениями.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586345](https://vk.com/topic-203630227_47586345)

**Тема 6.11. Репетиционная работа**

*Теория:* отработка движений пройденного материала, объяснение и показ движения.

*Практика:* знать правила исполнения выученных движений.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586391](https://vk.com/topic-203630227_47586391)

**Раздел 7. Контрольные срезы**

*Вводный контроль*

*Теория:* работа над позициями рук в комбинациях

*Практика:* в комбинациях плохо работают руки, положения смазаны, координация нарушена

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

*Промежуточный контроль*

*Теория:* работа над координацией в комбинациях, в сложных переходах

*Практика:* в комбинациях руки работают достаточно хорошо, но положения смазаны, координация в сложных переходах немного «хромает»

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

*Итоговый контроль*

*Теория:* отработка полностью заданных комбинаций

*Практика:* в заданных комбинациях руки сложно скоординированы и при этом все позиции рук исполняются четко, без погрешностей

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

**Раздел 8. Культурно-досуговые мероприятия**

«Посвящение в кружковцы», «Новогодняя сказка», «Татарстан- мой край родной», «История хореографии», «На балу у Золушки», посещение Поста № 1 и музея Боевой Славы дворца

# Акробатика

## Раздел 1. Вводное занятие

*Теория. Инструктаж по технике безопасности.* Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. Хореографическое искусство и его роль в жизни человека. Развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации ребенка.

*Формы и методы проведения занятий:* викторина

## Раздел 2. Разминка

*Тема 2.1.* Повторение материала, пройденного за предыдущий год обучения в более быстром темпе

*Теория:* отработка мышечного аппарата, объяснение, показ.

*Практика:* уметь правильно работать мышцами, слышать педагога.

*Формы и методы проведения занятий:* объяснение, беседа, рассуждение.

*Тема 2.2.* Положение ног, вытянутых в коленях выворотню в I позиции с вытянутыми и сокращёнными стопами

*Теория:* отработка выворотности ног, объяснение, показ.

*Практика:* развитие выворотности, вытянутые колени и стопы.

*Формы и методы проведения занятий:* объяснение, беседа, рассуждение.

*Тема 2.3.* Упражнения на гибкость

*Теория:* отработка упражнений на гибкость, объяснение, показ.

*Практика:* быть внимательным при выполнении элементов на гибкость.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594104](https://vk.com/topic-203630227_47594104)

*Тема 2.4.* Упражнения на выворотность тазобедренного сустава

*Теория:* отработка выворотности тазобедренного сустава, объяснение, показ.

*Практика:* уметь анализировать свою деятельность.

*Формы и методы проведения занятий:* объяснение, беседа, рассуждение.

*Тема 2.5.* Упражнения на гибкость вперед

*Теория:* отработка подтянутого корпуса, бедренных и ягодичных мышц, показ.

*Практика:* наличие подтянутого корпуса, подтянутые бедренные и ягодичные мышцы.

*Формы и методы проведения занятий:* объяснение, беседа, рассуждение.

*Тема 2.6.* Упражнения на развитие пресса

*Теория:* отработка упражнения на развитие пресса, объяснение, показ.

*Практика:* уметь легко выполнять элементы на развитие пресса.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594121](https://vk.com/topic-203630227_47594121)

*Тема 2.7.* Упражнения на гибкость вперед

*Теория:* отработка упражнения на гибкость вперед, объяснение, показ.

*Практика:* наличие подтянутого корпуса, подтянутые бедренные и ягодичные мышцы.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594104](https://vk.com/topic-203630227_47594104)

*Тема 2.8. Упражнения на пройденный материал*

*Теория:* отработка упражнений пройденного материала, объяснение, показ.

*Практика:* уметь грамотно исполнить изученный материал.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594153](https://vk.com/topic-203630227_47594153)

*Тема 2.9. Упражнения на гибкость*

*Теория:* отработка упражнений на гибкость, объяснение, показ.

*Практика:* быть внимательным при выполнении элементов на гибкость.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594104](https://vk.com/topic-203630227_47594104)

*Тема 2.10. Упражнения на выворотность тазобедренного сустава*

*Теория:* отработка упражнения на выворотность тазобедренного сустава, показ.

*Практика:* уметь анализировать свою деятельность.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594153](https://vk.com/topic-203630227_47594153)

### **Раздел 3. Партерный тренаж**

*Тема 3.1. Упражнения на гибкость вперёд («складочка», «коробочка») с ногами в выворотной I позиции*

*Теория:* отработка движений «складочка», «коробочка», объяснение, показ.

*Практика:* развитие гибкости вперед и назад.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594104](https://vk.com/topic-203630227_47594104)

*Тема 3.2. Наклоны корпуса вперёд к ногам из положения стоя («страусёнок»)*

*Теория:* отработка движения «страусенок», объяснение, показ.

*Практика:* уметь правильно выполнить толчок, быть внимательным при выполнении заданного материала

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.3. Упражнения на укрепление пресса («двойная веточка» на 45°, «вертолётник» из положения лёжа на спине)*

*Теория:* отработка движений «двойная веточка» на 45°, «вертолётник» из положения лёжа на спине, объяснение, показ.

*Практика:* развитие гибкости вперед и назад.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.4. Упражнения на гибкость назад «кошечка», «лодочка качается», «корзиночка»*

*Теория:* отработка упражнения «кошечка», «лодочка качается», «корзиночка», объяснение, показ.

*Практика:* уметь выслушать объяснение, наличие втянутого живота.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.5. Упражнения на гибкость: перегибы назад стоя на коленях, «мостик», стоя на коленях*

*Теория:* отработка упражнения «мостик», объяснение, показ.

*Практика:* развитие основных физических данных: подъёма, вытянутых коленей и стоп

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594121](https://vk.com/topic-203630227_47594121)

*Тема 3.6. Наклоны корпуса вперёд к ногам из положения стоя («страусёнок»)*

*Теория:* отработка упражнения «страусенок», объяснение, показ.

*Практика:* развитие физических данных: выворотности, вытянутых коленей и стоп.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.7. Растяжка на шпагат правой и левой ногой*

*Теория:* отработка упражнения на растяжку (шпагат правой и левой ногой), показ.

*Практика:* улучшение показателей физических данных.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.8. «Мостик» с положения стоя*

*Теория:* отработка упражнения «мостик» с положения стоя, объяснение, показ.

*Практика:* правильно выполнить комплекс упражнений на гибкость.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594121](https://vk.com/topic-203630227_47594121)

*Тема 3.9. Растяжка на шпагат «канатик»*

*Теория:* отработка упражнения «канатик», объяснение, показ.

*Практика:* уметь подтянуть икроножные, бедренные и ягодичные мышцы.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594135](https://vk.com/topic-203630227_47594135)

*Тема 3.10. Переходы с одного шпагата на другой, слегка приподнимая корпус от пола*

*Теория:* отработка подъёма, выворотности, гибкости, объяснение, показ.

*Практика:* улучшение и развитие основных физических данных (подъём, выворотность, гибкость).

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.11. Контрольное занятие на тему «Растяжка»*

*Теория:* отработка упражнений на растяжку, объяснение, показ.

*Практика:* быть внимательным при выполнении данного элемента.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594135](https://vk.com/topic-203630227_47594135)

*Тема 3.12. «Берёзка» в комбинации со шпагатом*

*Теория:* отработка упражнения «берёзка» в комбинации со шпагатом, объяснение, показ.

*Практика:* улучшение подтянутости корпуса, развитие пресса.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594153](https://vk.com/topic-203630227_47594153)

*Тема 3.13. Комплекс элементов на растяжку (растяжка на шпагат)*

*Теория:* отработка упражнений на растяжку, объяснение, показ.

*Практика:* умение выполнить комплекс элементов на растяжку.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594135](https://vk.com/topic-203630227_47594135)

*Тема 3.14. Подъём ног на 90° и выше, вперёд, в сторону, лёжа на спине, назад на 45°, лёжа на животе*

*Теория:* отработка подъёма ног на 90° и выше, вперёд, в сторону, лёжа на спине, назад на 45°, лёжа на животе, объяснение, показ.

*Практика:* улучшение и развитие показателей основных физических данных.

*Формы и методы проведения занятий:* беседа, наблюдение

*Тема 3.15. Перевороты, «мостик»*

*Теория:* отработка упражнения «мостик», перевороты, объяснение, показ.

*Практика:* уметь выполнить «мостик».

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594121](https://vk.com/topic-203630227_47594121)

*Тема 3.16. Растяжка на шпагат*

*Теория:* отработка больших бросков, объяснение, показ.

*Практика:* уметь грамотно исполнять элементы движений на растяжку.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594135](https://vk.com/topic-203630227_47594135)

*Тема 3.17. Контрольный срез по теме «Растяжка»*

*Теория:* отработка движений с вытянутыми коленями и стопами, показ.

*Практика:* уметь выполнить движение с вытянутыми коленями и стопами.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594135](https://vk.com/topic-203630227_47594135)

*Тема 3.18. Упражнения для укрепления брюшных мышц (пресс) – поза «берёзка»*

*Теория:* отработка упражнения «берёзка», объяснение, показ.

*Практика:* иметь при выполнении позы «берёзка». вытянутые колени, натянутые стопы.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47594153](https://vk.com/topic-203630227_47594153)

## **Раздел 4. Прыжки**

*Тема 4.1. Высокий прыжок в VI позиции с сильным толчковым plie*

*Теория:* отработка высокого прыжка в VI позиции с сильным толчковым plie, объяснение и показ движения.

*Практика:* развитие физических данных: выворотности, вытянутых коленей и стоп.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

#### *Тема 4.2. Прыжковые комбинации*

*Теория:* отработка прыжковых комбинаций, объяснение и показ движения.

*Практика:* увеличение высоты прыжка.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

[https://vk.com/topic-203630227\\_47586334](https://vk.com/topic-203630227_47586334)

#### *Тема 4.3. Подъёмы ног назад на 90\*, стоя на четвереньках*

*Теория:* отработка подъема ног на 90\*, стоя на четвереньках, объяснение и показ движения.

*Практика:* воспитание дотянутости ног в прыжке.

*Формы и методы проведения занятий:* учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

### **Раздел 5. Контрольные срезы**

#### *Вводный контроль*

*Теория:* отработка гибкости при выполнении партерного тренажа

*Практика:* высокая и жесткая спина при выполнении партерного тренажа

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

#### *Промежуточный контроль*

*Теория:* работа над мышцами и корпусом

*Практика:* партерный тренаж даже в самой простой форме имеет полное соприкосновение корпуса и ног, но стремится к максимально правильному результату, мышцы мягкие и податливые

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

#### *Итоговый контроль*

*Теория:* отработка партерного тренажа в самых различных вариациях

*Практика:* партерный тренаж выполняет в самых различных вариациях, выполняет упражнения технически правильно с активной работой корпуса

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

### **Раздел 6. Оздоровительные мероприятия:**

«Веселые старты», «Дни здоровья», выход в лес

**Календарный учебный график  
гр.№6**

**Классический танец**

| №<br>п/п | месяц    | число | время<br>проведения<br>занятия | форма занятия                 | количество<br>часов | тема занятия                                | место<br>проведения | форма<br>контроля        |
|----------|----------|-------|--------------------------------|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|---------------------|--------------------------|
| 1        | сентябрь | 07    | 16.40-18.10                    | практическая                  | 2                   | Вводное занятие                             | кабинет<br>222      | опрос                    |
| 2        | сентябрь | 14    | 16.40-18.10                    | показ                         | 2                   | Demi и Grands plie из IV позиции            | кабинет<br>222      | наблюдение               |
| 3        | сентябрь | 21    | 16.40-18.10                    | упражнения                    | 2                   | Battement tendu – усложненная<br>комбинация | кабинет<br>222      | творческое<br>задание    |
| 4        | сентябрь | 28    | 16.40-18.10                    | практическая<br>тренировка    | 2                   | Репетиционная работа                        | кабинет<br>222      | постановочное<br>занятие |
| 5        | октябрь  | 05    | 16.40-18.10                    | показ                         | 2                   | Battement tendu jete - entournen            | кабинет<br>222т     | упражнения               |
| 6        | октябрь  | 12    | 16.40-18.10                    | контрольное<br>занятие        | 2                   | Вводный контроль                            | кабинет<br>222      | наблюдение               |
| 7        | октябрь  | 19    | 16.40-18.10                    | упражнения                    | 2                   | Double fondues на полупальцах               | кабинет<br>222      | викторина                |
| 8        | октябрь  | 26    | 16.40-18.10                    | практическое<br>занятие       | 2                   | Репетиционная работа                        | кабинет<br>222      | практическое<br>занятие  |
| 9        | ноябрь   | 02    | 16.40-18.10                    | воспитательное<br>мероприятие | 2                   | Мероприятие в каникулы                      | кабинет<br>222      | наблюдение               |
| 10       | ноябрь   | 09    | 16.40-18.10                    | показ                         | 2                   | Tours из IV позиции на середине зала        | кабинет<br>222      | демонстрация             |
| 11       | ноябрь   | 16    | 16.40-18.10                    | демонстрация                  | 2                   | Репетиционная работа                        | кабинет<br>222      | контрольная<br>работа    |
| 12       | ноябрь   | 23    | 16.40-18.10                    | викторина                     | 2                   | Усложнение комбинаций прыжков               | кабинет             | открытый урок            |

|    |         |    |             |                          |   |                                                                      |                 |                          |
|----|---------|----|-------------|--------------------------|---|----------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------|
|    |         |    |             |                          |   |                                                                      | 222             |                          |
| 13 | ноябрь  | 30 | 16.40-18.10 | игра                     | 2 | Вращения                                                             | кабинет<br>222  | репетиционное<br>занятие |
| 14 | декабрь | 07 | 16.40-18.10 | постановочное<br>занятие | 2 | Репетиционная работа                                                 | кабинет<br>222  | опрос                    |
| 15 | декабрь | 14 | 16.40-18.10 | конкурс                  | 2 | Соединения chene с вращением ноги<br>на sou de pie                   | кабинет<br>222т | наблюдение               |
| 16 | декабрь | 21 | 16.40-18.10 | контрольное<br>занятие   | 2 | Промежуточный контроль                                               | кабинет<br>222  | творческое<br>задание    |
| 17 | декабрь | 28 | 16.40-18.10 | практическое<br>занятие  | 2 | Репетиционная работа                                                 | кабинет         | постановочное<br>занятие |
| 18 | январь  | 04 | 16.40-18.10 | творческая<br>мастерская | 2 | Battement tendu и battement tendu jete<br>entournen на середине зала | кабинет<br>222  | упражнения               |
| 19 | январь  | 11 | 16.40-18.10 | соревнования             | 2 | Отрабатывание комбинаций                                             | кабинет<br>222  | игра                     |
| 20 | январь  | 18 | 16.40-18.10 | практическое<br>занятие  | 2 | Sesson ouvert                                                        | кабинет<br>222  | викторина                |
| 21 | январь  | 25 | 16.40-18.10 | демонстрация             | 2 | Репетиционная работа                                                 | кабинет<br>222  | практическое<br>занятие  |
| 22 | февраль | 01 | 16.40-18.10 | показ                    | 2 | Контрольный срез на прыжки                                           | кабинет<br>222  | показ                    |
| 23 | февраль | 08 | 16.40-18.10 | упражнения               | 2 | Контрольный срез на вращения                                         | кабинет<br>222  | демонстрация             |
| 24 | февраль | 15 | 16.40-18.10 | репетиционное<br>занятие | 2 | Репетиционная работа                                                 | кабинет<br>222  | контрольная<br>работа    |
| 25 | февраль | 22 | 16.40-18.10 | викторина                | 2 | Викторина: «Угадай позу»                                             | кабинет<br>222т | открытый урок            |
| 26 | март    | 15 | 16.40-18.10 | постановочное<br>занятие | 2 | Grands battement jete с туром из V<br>позиции                        | кабинет<br>222  | репетиционное<br>занятие |
| 27 | март    | 22 | 16.40-18.10 | демонстрация             | 2 | Отрабатывание комбинации                                             | кабинет<br>222т | опрос                    |
| 28 | март    | 29 | 16.40-18.10 | викторина                | 2 | Репетиционная работа                                                 | кабинет         | наблюдение               |

|    |        |    |             |                            |    |                                 |              |                       |
|----|--------|----|-------------|----------------------------|----|---------------------------------|--------------|-----------------------|
|    |        |    |             |                            |    |                                 | 222          |                       |
| 29 | апрель | 05 | 16.40-18.10 | воспитательное мероприятие | 2  | Мероприятие в каникулы          | кабинет 222  | наблюдение            |
| 30 | апрель | 12 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2  | Репетиционная работа            | кабинет 222  | постановочное занятие |
| 31 | апрель | 19 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Репетиционная работа            | кабинет 222т | упражнения            |
| 32 | апрель | 26 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Отработка пройденных комбинаций | кабинет 222  | наблюдение            |
| 33 | май    | 08 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Отработка пройденных движений   | кабинет 222  | творческое задание    |
| 34 | май    | 15 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2  | Репетиционная работа            | сцена        | постановочное занятие |
| 35 | май    | 22 | 16.40-18.10 | отчетный концерт           | 2  | Итоговый контроль               | сцена        | демонстрация          |
| 36 | май    | 29 | 16.40-18.10 | контрольное занятие        | 2  | Итоговое занятие                | кабинет 222  | беседа, тест          |
|    | Итого: |    |             |                            | 72 |                                 |              |                       |

### Акробатика

| № п/п | месяц    | число | время проведения занятия | форма занятия | количество часов | тема занятия                                                                   | место проведения | форма контроля |
|-------|----------|-------|--------------------------|---------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------|
| 1     | сентябрь | 03    | 16.40-18.10              | практическая  | 2                | Вводное занятие                                                                | кабинет 222      | опрос          |
| 2     | сентябрь | 10    | 16.40-18.10              | показ         | 2                | Повторение материала, пройденного за первый год обучения в более быстром темпе | кабинет 222      | наблюдение     |

|    |          |    |             |                            |   |                                                                                                      |             |                       |
|----|----------|----|-------------|----------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------|
| 3  | сентябрь | 17 | 16.40-18.10 | упражнения                 | 2 | Положение ног, вытянутых в коленях выворотню в I позиции с вытянутыми и сокращёнными стопами         | кабинет 222 | творческое задание    |
| 4  | сентябрь | 24 | 16.40-18.10 | контрольное занятие        | 2 | Вводный контроль                                                                                     | кабинет 222 | наблюдение            |
| 5  | октябрь  | 01 | 16.40-18.10 | показ                      | 2 | Наклоны корпуса вперёд к ногам из положения стоя («страусёнок»)                                      | кабинет 222 | упражнения            |
| 6  | октябрь  | 08 | 16.40-18.10 | демонстрация               | 2 | Упражнения на укрепление пресса («двойная веточка» на 45*, «вертолётник» из положения лёжа на спине) | кабинет 222 | игра                  |
| 7  | октябрь  | 15 | 16.40-18.10 | упражнения                 | 2 | Упражнения на гибкость назад «кошечка», «лодочка качается», «корзиночка»                             | кабинет 222 | викторина             |
| 8  | октябрь  | 22 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2 | Упражнения на гибкость: перегибы назад, стоя на коленях, мостик, стоя на коленях                     | кабинет 222 | практическое занятие  |
| 9  | октябрь  | 29 | 16.40-18.10 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы                                                                               | кабинет 222 | наблюдение            |
| 10 | ноябрь   | 01 | 16.40-18.10 | показ                      | 2 | Наклоны корпуса вперёд к ногам из положения стоя («страусёнок»)                                      | кабинет 222 | демонстрация          |
| 11 | ноябрь   | 05 | 16.40-18.10 | демонстрация               | 2 | Растяжка на шпагат правой и левой ногой                                                              | кабинет 222 | контрольная работа    |
| 12 | ноябрь   | 12 | 16.40-18.10 | викторина                  | 2 | «Мостик» с положения стоя                                                                            | кабинет 222 | открытый урок         |
| 13 | ноябрь   | 19 | 16.40-18.10 | игра                       | 2 | Растяжка на шпагат «канатик»                                                                         | кабинет 222 | репетиционное занятие |

|    |         |    |             |                            |   |                                                                                                                                                       |              |                      |
|----|---------|----|-------------|----------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|
| 14 | ноябрь  | 26 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2 | Переходы с одного шпагата на другой, слегка приподнимая корпус от пола                                                                                | кабинет 222г | опрос                |
| 15 | декабрь | 03 | 16.40-18.10 | конкурс                    | 2 | Контрольное занятие на тему «Растяжка»                                                                                                                | кабинет 222  | наблюдение           |
| 16 | декабрь | 10 | 16.40-18.10 | контрольное занятие        | 2 | Промежуточный контроль                                                                                                                                | кабинет 222  | творческое задание   |
| 17 | декабрь | 17 | 16.40-18.10 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы                                                                                                                                | кабинет 222  | наблюдение           |
| 18 | декабрь | 24 | 16.40-18.10 | творческая мастерская      | 2 | Упражнения на растяжку                                                                                                                                | кабинет 222  | упражнения           |
| 19 | декабрь | 31 | 16.40-18.10 | соревнования               | 2 | Подъём ног на 90* и выше вперёд, в сторону лёжа на спине, назад на 45*, лёжа на животе                                                                | кабинет 222  | игра                 |
| 20 | январь  | 05 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2 | Перевероты, «мостик»                                                                                                                                  | кабинет 222  | викторина            |
| 21 | январь  | 14 | 16.40-18.10 | демонстрация               | 2 | Растяжка на шпагат. Большие броски вперёд с вытянутой и сокращённой стопой Растяжка на шпагат. Большие броски вперёд с вытянутой и сокращённой стопой | кабинет 222  | практическое занятие |
| 22 | январь  | 21 | 16.40-18.10 | показ                      | 2 | Упражнения на гибкость                                                                                                                                | кабинет 222  | показ                |
| 23 | январь  | 28 | 16.40-18.10 | упражнения                 | 2 | Разминка «Колесо»                                                                                                                                     | кабинет 222  | демонстрация         |
| 24 | февраль | 04 | 16.40-18.10 | репетиционное занятие      | 2 | Контрольный срез по теме: «Растяжка»                                                                                                                  | кабинет 222  | контрольная работа   |
| 25 | март    | 11 | 16.40-18.10 | викторина                  | 2 | Упражнения на выворотность тазобедренного сустава                                                                                                     | кабинет 222  | открытый урок        |

|    |        |    |             |                            |    |                                                                 |             |                       |
|----|--------|----|-------------|----------------------------|----|-----------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------|
| 26 | март   | 18 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2  | Упражнения на гибкость вперёд                                   | кабинет 222 | репетиционное занятие |
| 27 | март   | 25 | 16.40-18.10 | демонстрация               | 2  | Упражнения для укрепления брюшных мышц (пресс) – поза «берёзка» | кабинет 222 | опрос                 |
| 28 | апрель | 01 | 16.40-18.10 | викторина                  | 2  | Прыжковые комбинации                                            | кабинет 222 | наблюдение            |
| 29 | апрель | 08 | 16.40-18.10 | воспитательное мероприятие | 2  | Мероприятие в каникулы                                          | кабинет 222 | наблюдение            |
| 30 | апрель | 15 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2  | Упражнения на развитие пресса                                   | кабинет 222 | постановочное занятие |
| 31 | апрель | 22 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Упражнения на развитие пресса                                   | кабинет 222 | упражнения            |
| 32 | апрель | 29 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Отработка пройденных комбинаций                                 | кабинет 222 | наблюдение            |
| 33 | май    | 06 | 16.40-18.10 | практическое занятие       | 2  | Отработка пройденных движений                                   | кабинет 222 | творческое задание    |
| 34 | май    | 13 | 16.40-18.10 | постановочное занятие      | 2  | Репетиционная работа                                            | сцена       | постановочное занятие |
| 35 | май    | 20 | 16.40-18.10 | отчетный концерт           | 2  | Итоговый контроль                                               | сцена       | демонстрация          |
| 36 | май    | 27 | 16.40-18.10 | контрольное занятие        | 2  | Итоговое занятие                                                | кабинет 222 | беседа, тест          |
|    | Итого  |    |             |                            | 72 |                                                                 |             |                       |