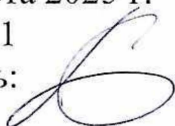


**Департамент образования  
Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 138**

Принят  
на заседании  
Педагогического совета  
МАОУ СОШ № 138  
от «29» августа 2025 г.  
Протокол № 1  
Председатель:



Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 138  
\_\_\_\_\_ А.А.Каюмова  
от «29» августа 2025 г.  
Приказ № 246

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Современная хореография»**

Возраст детей: 7 - 16 лет  
Срок реализации: 5 лет  
Автор – составитель:  
Колоджан Анастасия Александровна,  
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2025 г.

## Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Важно не упустить благоприятный период для развития музыкальных способностей детей, поддержать их стремление к творческому самовыражению и занятиям музыкой, исходя из индивидуальных качеств каждого ребенка, но необходимо научить их делать это красиво и правильно, помогая сориентироваться в огромном потоке музыкальной информации, прививая вкус.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения дополнительного образования танцевальной студии «Анастасия» «Современная хореография» **имеет художественную направленность** и разработана на основе дополнительной авторской образовательной программы «Современная хореография». Автор - педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории **Е.С.Суслова** - балетмейстер Танц-ателье «Этуаль» объединения ГАНОУ СО "Дворец молодёжи" г. Екатеринбург. Программа направлена на формирование общей культуры личности, индивидуальной танцевальной культуры, приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям, подготовку молодежи к творческому и художественно приемлемому потреблению в сфере массовой танцевально-музыкальной культуры, воспитание культуры повседневного досуга.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Санитарные правила СП 2.4.3648 – 20 от 29.09.2020 №28 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённые Постановлением Главного государственного врача РФ 28.09.2020г. № 28.
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2.
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья,

включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

- Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, Распоряжение правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016№11) (далее - Федеральный приоритетный проект).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».
- Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 г. № 503ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении

Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области».
- Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» № 136-д от 26.02.2021.
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №219-д от 04.03.2022 «О внесении в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д.
- Стратегия воспитания в РФ до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р)
- Приказ Минпросвещения России от 05.08.2020 г. №882-391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Устав МАОУ СОШ № 138.

Новизна Программы «Современная хореография» заключается в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков творчества в танце. Программа

позволяет познакомить учащихся со многими танцевальными стилями и направлениями.

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография» обусловлена тем, что в школьные годы закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность. В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

**Педагогическая целесообразность Программы.** Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей. Знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают

умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе учебных занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития обучающихся.

Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию: коррекции недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений -

музыкально совершенствуя психические функции (мышление, память, внимание, восприятие).

Организирующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

### ***Социокультурные потребности в реализации программы.***

Проблема построения модели образовательного процесса с включением многовековых традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия, в частности, народной танцевальной музыки, является в настоящее время особенно актуальной.

Данная программа включает в себя изучение современного танца, русского народного танца.

Помимо народных танцев, в программу включено изучение современных эстрадных танцев, что стимулирует интерес воспитанников к танцевальному искусству и расширяет их кругозор.

### **Цель и задачи**

***Цель*** – создание условий для личностного развития обучающихся, формирования творческих способностей, удовлетворения индивидуальных потребностей обучающихся в художественно-эстетическом развитии, выявления и поддержки талантливых детей, профессиональной ориентации средствами хореографического искусства через знакомство с различными направлениями танцевальной культуры.

### ***Задачи***

#### ***обучающие:***

- введение детей в мир культуры, хореографического искусства и современного танца;
- знакомство детей с различными танцевальными компонентами;
- обучение основам хореографии;

***развивающие:***

- развитие специальных способностей (силы, координации движений, выносливости, выразительности, эмоциональности, совершенствование исполнительской деятельности);
- развитие способности к импровизированному танцу, приобретение собственной манеры исполнения на основе навыков выразительного, эмоционального движения, свободного владения своим телом, умение передавать характер музыки;

***воспитательные:***

- формирование художественного вкуса, эстетического восприятия действительности;
- формирование уважения к культуре, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- формирование ценностного отношения к искусству, своему здоровью;
- формирование ценностного отношения к себе и другим людям.

**Отличительные особенности Программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» построена на принципах индивидуального обучения и коллективной деятельности, включает в себя конкурсную форму проведения занятий. Занятия по данной программе способствуют активному приобщению детей к самовыражению и самореализации.

***Основы взаимодействия педагога и ребёнка на занятиях:***

- искренность педагога и доверие детей;
- оптимизм и юмор, являющийся стимулом к работе;
- профессионализм и компетентность педагога, позволяющих постоянно удивлять детей, делать каждое занятие интересным и увлекательным;
- доверие педагога к решениям и стремлениям ребёнка;

- поощрение и похвала педагога;
- игровые приёмы.

**Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография» способствует:**

1. Развитию **физических** способностей (сохранение правильной осанки, формирование танцевального шага, способности сохранять равновесие при вращении и прыжках, умение пользоваться дыханием).
2. Развитию **творческих** способностей при создании художественного образа, что связано с эмоциональной отзывчивостью на музыку, с выбором хореографического стиля и сочинением хореографических композиций, с созданием сценического образа с помощью костюма, грима, причёски.
3. Освоению основ русской классической хореографии через изучение техники танца модерн, джазового танца, народного танца, свободной пластики и импровизированного танца.

Положительный результат в обучении определяется совокупностью и взаимодействием следующих факторов: систематичностью, последовательностью, прочностью изучаемого материала.

Особенностью методики проведения учебных занятий в кружке является **объединение теоретической и практической части**. Порядок работы, формы проведения занятий могут быть различны. Преобладает **деятельностный характер обучения**.

На занятиях используются следующие **формы обучения**: индивидуальная, групповая, коллективная.

Содержание программы осваивается детьми на **занятиях различных типов**:

- учебно-тренировочное занятие;
- постановочная работа (постановка танца);
- репетиция концертных композиций;

- концертная деятельность;
- открытый показательный урок.

***Данная программа разработана на основе следующих принципов:***

- *гуманистических начал, многообразия и вариативности форм организации жизнедеятельности и образования детей и подростков;*
- *создания творческой атмосферы в детском коллективе, где каждый ценен и значим, что ведёт к позитивному восприятию и освоению деятельности;*
- *приоритета интереса каждого учащегося и учёта его интеллектуальных и психофизических личностных способностей;*
- *непрерывности образования и воспитания;*
- *воспитывающего обучения;*
- *обеспечения комфортной эмоциональной среды;*
- *развивающего обучения.*

Обязательным на занятиях является учёт возрастных особенностей детей.

### **Категория и возраст детей**

Программа предназначена для детей и подростков в возрасте 7 - 16 лет. На обучение по программе могут быть зачислены все желающие заявленной возрастной категории без какой-либо специальной подготовки.

### **Возрастные особенности детей**

Возраст	Психофизиологические особенности ребёнка	Особенности педагогического взаимодействия на занятиях
7-10 лет	Восприимчивость, эмоциональность, впечатлительность.	Основной формой занятий является учебно-
	Осознание роли физической нагрузки.	тренировочное занятие и
	Стремление к новизне через	импровизационная игра
	устоявшиеся ритуалы, серьезное	(эксперименты, конкурсы,
	отношение к развитию физических	турниры, театрализованные
	способностей как основе танца.	дни рождения и т.п.).
	Радость успехам.	Основная задача педагога -
	«Мышечная радость».	мотивировать ребёнка к
	Стремление к совершенству.	получению удовольствия от

	Повышение самооценки.	результата своего труда,
	Уверенность, смелость.	развитие волевых качеств и
	Определение своего места в коллективе	коммуникативных навыков.
11-16	Впечатлительность.	Основная форма занятий
	Критичность к себе и другим,	репетиция и постановочная
	стремление к совершенству.	работа. Особое значение
	Способность отличить подлинное	приобретают посещение
	искусство.	театров, концертов других
	Эстетическое восприятие	хореографических
	действительности.	коллективов. Участие в
	Дух соревновательности.	конкурсах, фестивалях.
	Осознания роли физических нагрузок,	Эксперименты, конкурсы, турниры
	роли коллектива, своего места в	(внутри группы), совместные
	коллективе.	Праздники, «Дни рождения»
	Чувство ответственности за себя и	сохраняют своё значение.
	Взаимопомощь, товарищество,	Основная задача педагога:
	общение в неформальной обстановке.	создание концертной команды,
		формирование у каждого члена
		коллектива ощущения своей
		значимости, неповторимости
		и ответственности за результаты
		работы коллектива

### Уровни освоения

Программа рассчитана на обучение учащихся 7-16 лет на основе разноуровневого подхода в соответствии с содержанием программы.

Разноуровневость программы реализует право каждого ребёнка на овладение компетенциями, знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объёме и сложности. Дополнительная общеобразовательная программа «Современная хореография» предполагает реализацию параллельных процессов освоения содержания на его разных уровнях углублённости, доступности и степени сложности.

- «Стартовому уровню» соответствует содержание Программы 1, 2, 3 годов обучения. Основными задачами данного уровня являются первоначальное знакомство с хореографией, формирование интереса к данной деятельности, приобретение первоначального опыта танцевальных движений. Предполагается использование и реализация общедоступных и

универсальных форм организации материала и минимальная сложность содержания.

• **«Базовому уровню»** соответствует содержание Программы 4,5 годов обучения. Основными задачами данного уровня являются освоение специальных умений и навыков танцевального искусства, творческая самореализация учащихся, проявляющих особые способности. Предполагается использование и реализация таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний в рамках содержательно-тематического направления программы.

**Срок реализации** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография» - **5 лет.**

**Первый год обучения.** Танец как особый вид пластического хореографического языка – **1 год (144 часа).**

**Второй год обучения.** Основные принципы базовых танцевальных движений – **1 год (144 часа).**

**Третий год обучения.** Основные принципы базовых танцевальных движений – **1 год (144 часа).**

**Четвёртый год обучения.** Особенности стилей, школ и техник современного танца – **1 год (216 часов).**

**Пятый год обучения.** Композиция в современном танце – приемы и принципы – **1 год (216 часов).**

**Общий объем ОП** – 864 часа.

**Наполняемость групп обучения:** от **15 до 30 человек.**

## **Формы и режим занятий**

Организация занятий осуществляется в соответствии с уровнями обучения.

### **«Стартовый уровень»:**

- 1, 2, 3 год обучения - занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия – 2 академических часа по 40 минут с перерывом 10 минут.

### **«Базовый уровень»:**

- 4 и 5 год обучения - занятия проводятся 3 раза в неделю, продолжительностью 2 академических часа по 40 минут с обязательным перерывом в 10 минут.

Методика преподавания на всех годах обучения сочетает в себе тренировочные гимнастические упражнения, танцевальные движения классического, а также современного танца.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**  
**«СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»**

№ п.п.	Год обучения	Наименование курса	Количество часов
<b>1</b>	Первый год обучения <b>Стартовый уровень</b>	Танец как особый вид пластического хореографического языка	144
<b>2</b>	Второй год обучения <b>Стартовый уровень</b>	Основные принципы базовых танцевальных движений	144
<b>3</b>	Третий год обучения <b>Стартовый уровень</b>	Основные принципы базовых танцевальных движений	144
<b>4</b>	Четвёртый год обучения <b>Базовый уровень</b>	Особенности стилей, школ и техник современного танца	216
<b>5</b>	Пятый год обучения <b>Базовый уровень</b>	Композиция в современном танце – приемы и принципы	216

**Содержание разделов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография» представлено в виде тематических циклов.**

### **Первый год обучения**

**Танец как особый вид пластического хореографического языка**

**«Стартовый уровень»**

**Цель программы первого года обучения – введение в мир танца.**

#### **Задачи**

*образовательные:*

- познакомить обучающихся с основными элементами танца, дать базовые знания по программе;

*развивающие:*

- научить обучающихся различать тембр и мелодичность в музыке;  
- развить умения танцевать под счет;

*воспитательные:*

- привить интерес у детей к занятию данным видом творчества;  
- создание отношений сотрудничества, сотворчества.

Программа первого года обучения рассчитана на 144 часа.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

Количество часов в неделю: 4 академических часа

Учебных недель: 36

№ п.п.	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	1		Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио обучающихся, диагностика индивидуального
2	<b>Танец модерн</b>	<b>35</b>	8	27	
3	<b>Джазовый танец</b>	<b>36</b>	11	25	
4	<b>Народный танец</b>	<b>35</b>	14	21	
6	<b>Творческая концертная</b>	<b>36</b>	3	33	

	<b>деятельность</b>				развития, эксперимент.
7	<b>Итоговое занятие для родителей</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>37</b>	<b>107</b>	

## **Содержание**

### **Танец как особый вид пластического хореографического языка**

(первый год обучения)

**1. Вводное занятие:** цели и задачи обучения первого года.

### **2. Танец модерн**

Теория. Основные понятия танца модерн: «центр», «гравитация», «баланс», «контракция», «релаксация».

Практика. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.

Упражнения, включающие понятие «центр». Упражнения, включающие понятие «гравитация». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике.

Теория. Понятие. Понятие «баланс».

Практика. Упражнения на дыхание. Упражнения на развитие подвижности стопы.

Теория. Понятие «контракция», «релаксация» положения и другие термины танца «модерн».

Практика. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лёжа. Изучение и отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса.

Теория. Понятие «спираль», работа корпуса - специальные упражнения.

Практика. Танцевальные шаги (сочетание различных движений в продвижении вперед, назад, в сторону и т.д.). Прыжки.

Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.

Разучивание танцевальных элементов в развитии: полупальцы, полуповороты, смена ракурса, смена рисунка продвижения, смена ритма.

Ввод движений, требующих более серьёзных усилий. Укрупнение амплитуды движения. Увеличение энергии исполнения. Ускорение движения (смена темпа). Смещение «центра» танцовщика в пространстве (сидя, стоя, лёжа, в прыжке, в прыжке-пролёте). Комбинации на 8, 16, 32 и более тактов.

Ввод новых элементов происходит плавно и постепенно.

Импровизация учащихся.

Эмоционально окрашенное движение в пространстве. Выполнение движения как путешествие рук, ног, шеи, головы, туловища через пространство. Импровизация в форме игры. Танец под музыку и без музыкального сопровождения.

Самостоятельное выполнение разученных композиций, этюдов или концертных номеров.

### **3. Джазовый танец.**

Теория. История джазового танца. Основные этапы возникновения джазового танца. Эволюция джазового танца.

Понятия «изоляция», «свинг». Сравнительный анализ джазового танца и других танцевальных течений.

Понятия «изоляция», «свинг».

Практика. Специальные танцевальные упражнения разогревающего характера. Понятие «изоляция», применение в танцевальных комбинациях. Специальные упражнения. Упражнения на развитие координации рук, ног, корпуса, головы. Танцевальные джазовые шаги, танцевальные связки (дорожки), различные их виды и сочетания. Прыжки.

Развернутые этюды, танцевальные комбинации.

Танцевальные комбинации: 8 тактов 2\4, 3\4, 4\4, 6\8; музыкальный размер на 16 тактов, 32 такта. Развитие движений от простого к сложному. Расчленение движения на составные. Сочетание подобных движений. Сочетание контрастных элементов. Комбинации на работу отдельно - рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса. Виды джазовых шагов. Соединение нескольких видов. Развитый этюд.

Импровизация учащихся.

Импровизация в форме игры. Коллективная импровизация по заданию.

Например: «Гроздь винограда», «Сороконожка», «Звезда», «Деревья», «Трава», «Вода».

Импровизация в форме контактного танца. Движение предыдущего танцовщика является основой для последующего. Тесный контакт: соприкосновение и переплетение рук, ног, туловища.

Эмоциональное и физическое раскрепощение. Уверенность в своих движениях. Изучение своего тела как инструмента. Работа со скакалкой

#### **4. Народный танец.**

Теория. История народного танца. Основные этапы развития народного танца. Основы термины народного танца. Знакомство с особенностями народного костюма, его спецификой.

Простой хороводный шаг. Приставной шаг в сторону. Шаг с притопом. Тройной притоп. «Моталочка», «Ковырялочка», «Гармошка».

Практика. Разучивание коротких этюдов на основе русской инструментальной музыки, народной песни.

#### **5. Сценический образ.**

Теория. Элементы актерского мастерства.

Практика. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей.

Теория. Костюм.

Формирование бережного отношения к сценическому костюму.

Практика. Пошив костюмов. Примерка. Чистка костюмов, мелкий ремонт костюма.

Теория. Грим.

Грим и его многообразие: молодое и старческое лицо, характерный грим. Учет индивидуальных особенностей строения лица учащегося, особенности кожи.

Практика. Формирование приемов и навыков нанесения грима:

концертного, молодежного, характерного.

Теория. Причёска.

Причёска - важнейшая деталь грима. Виды причёсок для девочек и мальчиков, используемых в гриме, костюме, концертных композициях коллектива.

#### **6. Творческая деятельность.**

Постановка танцевальных номеров.

Теория. Основа танца. Выученные движения и элементы базового уровня обучения и задачи коллектива в целом. Учёт возрастных особенностей обучаемых, эмоциональная отзывчивость, творческая активность детей.

Практика. Репетиционный процесс. Отработка хореографической лексики.

Отдельные концертные выступления как показатель уровня подготовки учащихся. Индивидуальная работа. Выявление индивидуальных способностей, наклонностей учащихся.

Итоговое занятие в форме открытого урока. Всесторонний показ результата хореографических умений и навыков - шаг, гибкость, прыжок, эластичность, выразительность.

#### **Планируемые результаты 1 года обучения.**

**По окончании 1 года обучения учащиеся должны**

***знать:***

- что такое танец, его виды;
- характерные особенности танца «модерн»;
- характерные особенности джазового танца, его отличия от других танцевальных стилей;
- народный танец, его значение для русской танцевальной школы;
- основные профессии, связанные с танцем: балетмейстер, артист, педагог-хореограф и др;

***уметь:***

- выполнять упражнения подготовительного комплекса:

- упражнения натянутой и сокращенной стопой, сгибанием и разгибанием коленного и тазобедренного сустава;
  - упражнения, способствующие растяжению мышц и связок всего опорно-двигательного аппарата;
  - упражнения, способствующие укреплению и развитию мышц и связок, суставов в танцевальных «позициях», в выворотных положениях;
  - упражнения на координацию движений рук и ног, корпуса, головы;
  - упражнения на развитие музыкальных способностей.
- выполнять простейшие танцевальные шаги, «дорожки»;
  - выполнять простейшие прыжки и сочетания прыжков;
  - выполнять танцевальные комбинации (на 16 тактов, 32 такта и более) в ансамбле и соло;
  - исполнять танцевальные композиции из репертуара танцевальной студии «Анастасия», соответствующие возрасту и уровню подготовки.

**Второй год обучения**  
**Основные принципы базовых танцевальных движений**  
**«Стартовый уровень»**

**Цель второго года обучения** – развитие у обучающихся танцевальных и физических способностей.

**Основные задачи второго года обучения.**

*Образовательные:*

- закрепить полученные знания, умения и навыки обучающихся;
- дать представление о специфике сценического костюма и его отличиях от бытового костюма.

*Развивающие:*

- обучить более сложным элементам танца;
- развить творческую активность детей и умение работать самостоятельно.

*Воспитывающие:*

- воспитать любовь к музыке и танцу.

Программа второго года обучения рассчитана на 144 часа

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Второй год обучения**

Количество часов в неделю: 4 академических часа

Учебных недель: 36

№ п.п.	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	1	1	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей
2	<b>Танец модерн</b>	<b>35</b>	3	32	
3	<b>Джазовый танец</b>	<b>30</b>	2	28	
4	<b>Народный танец</b>	<b>30</b>	1	29	
5	<b>Творческая</b>	<b>47</b>	7	40	

	<b>концертная деятельность</b>				и детей, <b>открытые занятия,</b> портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>	

## Содержание

### Основные принципы базовых танцевальных движений

(второй год обучения)

**1. Вводное занятие:** цели и задачи обучения.

#### **2. Танец модерн**

Теория. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.

Практика. Упражнения, включающие понятие «центр». Упражнения, включающие понятие «гравитация». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике.

Теория. Понятие «баланс».

Практика. Упражнения на дыхание. Упражнения на развитие подвижности стопы.

Теория. Понятие «контракция», «релаксация» положения и другие термины танца «модерн».

Практика. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лёжа. Изучение и отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса.

Теория. Понятие «спираль» и работа корпуса - специальные упражнения.

Практика. Танцевальные шаги (сочетание различных движений в продвижении вперед, назад, в сторону и т.д.). Прыжки.

Теория. Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.

Практика. Закрепление навыков и умений, полученных ранее. Нарботка свободной техники исполнения упражнений и комбинаций. Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развёрнутых комбинациях: battement tendus, battement tendus jetes, rond de jambe par terre, adagio, port de bras.

Импровизация учащихся.

Теория. Целенаправленный характер импровизаций, отражение эмоционального состояния по заданию. Коллективный танец и его развитые формы.

Практика. Контактный танец, «вживание» танцовщиков друг в друга. Сольная импровизация, дуэт, трио, ансамбль.

Импровизация под классическую музыку, джазовую, популярную, музыку авангардного направления. Импровизация без музыкального сопровождения.

Итоговое занятие.

Занятие проводится в форме открытого выступления, показа разученных композиций, этюдов или концертных номеров.

### **3. Джазовый танец.**

Теория. Специальные танцевальные упражнения.

Практика. Разминка. Специальные танцевальные упражнения разогревающего мышцы характера.

Теория. Понятие «изоляция» - применение в танцевальных комбинациях.

Практика. Специальные упражнения.

Теория. Понятие «свинг».

Практика. Упражнения на развитие координации рук, ног, корпуса, головы. Танцевальные джазовые шаги, танцевальные связки (дорожки), различные их виды и сочетания. Прыжки.

Развернутые этюды, танцевальные комбинации. Закрепление и повторение изученного танцевального материала. Развитие базовых элементов джазового танца. Нарботка техники исполнения по частям и в целом всей комбинации. Составление этюда.

Теория. Этюд - основа законченной хореографической композиции.

Практика. Импровизация учащихся.

Импровизация в джазовом танце. Техника исполнения элементов плюс различное эмоциональное состояние. Составление учащимися небольших танцевальных связок, комбинаций.

Итоговое занятие.

Итоговое занятие проводится в форме открытого урока в репетиционном зале; открытого урока на сцене с приглашением родителей, друзей; концертного выступления; ежегодного творческого отчётного концерта коллектива.

#### **4. Народный танец.**

Теория. Специальные танцевальные упражнения. Положения рук, ног, головы, корпуса в народном танце. Положение рук, корпуса в паре.

Танцевальные комбинации. Основные понятия.

Практика. Повторение и совершенствование движений и элементов, изученных ранее. Народные шаги. Вращения. Разучивание этюдов на основе русской инструментальной музыки, народной песни.

Импровизация учащихся. Разучивание танцев (не более 64 тактов). Знакомство с народными костюмами разных народов.

Итоговое занятие в форме открытого урока.

#### **5. Индивидуальная работа. Творческая и концертная**

## **деятельность.**

Постановка танцевальных номеров.

Теория. Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем, с группами исполнителей.

Практика. Репетиционный процесс. Сводные репетиции - при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Освоение заданного сценического пространства.

Теория. Правила поведения на сценической площадке.

Практика. Организация и подготовка выступления.

Участие в концертах и конкурсах.

Индивидуальная работа с исполнителями. Разучивание движений и отработка элементов с солистами.

Теория. Понятие «хореографический стиль». Этюды и игры с «внутренней бесконечностью», «замкнутое пространство», «сжатие» и т.п.

Элементы актёрского мастерства.

Практика. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей.

Теория. Грим, костюм, причёска.

Изучение художественных задач, поставленной той или иной танцевальной композицией. Подбор выразительных средств.

Практика. Грим для каждого исполнителя. Пошив костюма. Формирование умения носить сценический костюм.

Теория. Изучение специфики сценического костюма, отличия от бытового костюма.

Практика. Подбор причёски и головного убора. Аксессуары - их роль в хореографической композиции. Поиск новых изобразительных средств.

## **Прогнозируемые результаты 2 года обучения.**

**По окончании 2 года обучения учащиеся должны**

### **знать:**

- характерные особенности современной хореографии;
- понятие «хореографический образ», его составляющие;
- хореографическую лексику;

### **уметь:**

- выполнять упражнения подготовительного комплекса;
- выполнять упражнения, включающие понятие «центр», «баланс», «дыхание», «контракция», «спираль», «свинг», «изоляция» и т.д.;
- выполнять упражнения развивающего комплекса в усложненном варианте (полупальцы, 45\*, 90\*, во вращении, в прыжке и других сочетаниях);
- выразить характер музыки его в движении;
- выразить своё понимание предполагаемой музыки через импровизированный танец;
- танцевать в ансамбле;
- согласовывать общие движения со своим под музыку и без неё;
- ориентироваться на сценической площадке;
- чётко выполнять хореографический рисунок.

## **Третий год обучения**

### **Основные принципы базовых танцевальных движений**

#### **«Стартовый уровень»**

**Цель третьего года обучения** – освоение обучающимися разнообразных форм, стилей и техник современных направлений танцевального искусства

### **Основные задачи третьего года обучения.**

*Образовательные:*

- дать представление о сложных видах прыжков и падений – акробатические падения;
- познакомить с законами драматургии и их применением при создании танцевальных комбинаций.

*Развивающие:*

- развитие устойчивости и концентрации внимания,
- развитие артистичности, творческих способностей, ритмического слуха;
- развитие художественного вкуса.

*Воспитывающие:*

- воспитание сценической культуры, умения общения со зрителями.

Программа третьего года обучения рассчитана на 144 часа

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### Третий год обучения

№ п.п.	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	<b>Классический танец</b>	<b>28</b>	4	24	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, <b>открытые занятия</b> , портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
2	<b>Танец модерн</b>	<b>22</b>	1	21	
3	<b>Джазовый танец</b>	<b>20</b>	1	19	
4	<b>Народный танец</b>	<b>24</b>	2	22	
5	<b>Творческая концертная деятельность</b>	<b>49</b>	2	47	
6	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>		1	

	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	10	134	
--	---------------	------------	----	-----	--

## Содержание

### Основные принципы базовых танцевальных движений

(третий год обучения)

#### 1. Классический танец.

Теория. Exersis у станка.

Постановка корпуса, рук, ног, головы. Preporation, gemiplie, battements tendus, battements tendus с demi-plie, passe рагтегге. Знакомство с понятием «еп dehois» и «еп dedans». 1 форма portdebras. Battementstendusjetespigue .Releves в 1, II позициях. Relevés lents. проучивание перегибов корпуса назад, в стороны, вперед. Grandplie. Battementsretires. Grandbattementsjete.

Практика. Подготовительное упражнение для ronddejambepГаи, Battementsdeveloppe. 3 форма port de bras. полуповороты в V позицию.

Теория. Exersis на середине зала.

- Позы, положения, связанные с понятием croisee, effacee.
- Арабески 1, 2, 3.
- 1 форма port de bras.
- Temps lia par тегге,

Теория. Прыжки с двух ног на две ноги.

Практика. Трамплинные прыжки. Temps leve scaute, changement de pied. Pas echarpe на вторую позицию.

Вращения. 1) Полуповороты в V позиции с переменной ног. 2) Полный поворот. Подготовительное упражнение к турам.

Растяжки. Специальные упражнения на разработку эластичности связок и мышц. Положение ноги вперед, в сторону, назад с demi-plie, с port de bras. Партерные растяжки.

Теория. Безопасность, охрана здоровья, профилактика травматизма. Знание строения своего тела. Знание индивидуальных особенностей строения

тела (уязвимые места). Правила поведения в хореографическом зале на занятиях и в период отдыха.

Практика. Умение делать массаж.

## **2. Танец модерн**

Теория. Упражнения, включающие понятие «центр». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике. Упражнения на «баланс». Упражнения на дыхание. Упражнения комбинированные: контракция-релаксация. Упражнения сидя, стоя, лёжа.

Упражнения «спираль», и виды перегибов корпуса. Изучение сложных по координации шагов - «титл», «триплет» и т.д.

Практика. Танцевальные комбинации. Этюд (64 такта и более). Импровизированный танец. Экспериментальная работа.

## **3. Джазовый танец.**

Теория. Упражнения на развитие техники.

Практика. Исполнение джазовых элементов.

Теория. Изучение «нижнего брейка» - мальчики. Танцевальные движения, включающие в работу отдельные части тела.

Практика. Танцевальные комбинации. Закрепление и повторение пройденного материала. Новые танцевальные движения в различных сочетаниях. Составление этюда. Экспериментальная работа. «Нижний брейк-данс. Разновидность джазового танца - брейк».

## **4. Народный танец.**

Теория. Упражнения у станка. Battementendus в трёх направлениях, упражнения с ненапряженной стопой ( flik-flak), каблучное упражнение, подготовка к «веревочке», низкие и высокие развороты ноги (battementfondues), мягкое и резкое раскрывание ноги (battementdeveloppes), «змейка», перегибы и наклоны корпуса. Упражнения на середине. Русский ход, переменный шаг, шаг с каблука, шаг с притопом и др. разучивание простых ключей, поворотов на месте, хлопущек, присядок, дробушек,

вращения на месте в различных комбинациях. Различные прыжки, «стульчик», «кольцо», прыжок через ногу, с платком и т.д. Вращения по кругу, диагонали, по прямой в различных вариациях.

Практика. Разучивание этюдов. Этюды на развитие индивидуальности, сольного исполнения, дуэтного танца. Положения рук, ног, корпуса, головы в паре. Этюды для женского, мужского ансамблей.

Теория. Понятие о стиле, актёрской танцевальной выразительности. Средства актёрской выразительности в народно-сценическом танце. Особенности элементов национального танца, характера движений. Особенности рисунка танца.

## **5. Творческая работа.**

Практика. Поддержание репертуара танцевальной студии «Анастасия» в готовности к сценическим воплощениям. Работа с солистами. Поиск художественных средств. Постановка новых танцевальных форм.

Репетиции. Актёрское мастерство. Упражнение и этюды на развитие актёрских способностей. Этюды на расслабление, внимание.

Концерты, конкурсы, фестивали.

Обязательная форма - подведение итогов обучения - концерт, участие в фестивалях всего коллектива и его солистов.

Теория. Костюм, грим, причёска. Поиск индивидуального воплощения образности.

Практика. Реставрация, поиск новых форм костюма.

## **6. Итоговое занятие.**

Практика. Отчётный концерт, оценка работы воспитанников.

### **Прогнозируемые результаты 3 года обучения.**

**По окончании 3 года обучения учащиеся должны**

#### **знать:**

- понятие «Хореографический образ»;

- основные профессии, связанные с танцем;
- основы знаний медицинских аспектов хореографического тренинга;
- основные знания безопасности деятельности в хореографическом тренинге;

**уметь:**

- выполнять элементы классического экзерсиса у станка: лицом к станку, боком, позиции рук и ног;
- выполнять упражнения у станка;
- выполнять упражнения на середине зала;
- выполнять упражнения танца «Модерн», «джазовый», «народный» 1,2,3 годов обучения.

### **Четвёртый год обучения**

#### **Особенности стилей, школ и техник современного танца**

#### **«Базовый уровень»**

**Цель четвёртого года обучения** – развитие музыкально – исполнительских способностей обучающихся.

#### **Основные задачи четвёртого года обучения.**

*Образовательные:*

- дать представление об оценке современного танца;
- расширить общекультурный кругозор.

*Развивающие:*

- обучение выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- развитие творческого воображения;
- развитие художественного вкуса;
- формирование эмоционально-осознанного восприятия музыкального произведения.

*Воспитывающие:*

- формирование культуры общения между собой, в паре в танце, с окружающими.

Программа четвертого года обучения рассчитана на 216 часов.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### Четвёртый год обучения

№ п.п.	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	<b>Классический танец</b>	<b>36</b>	1	35	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
2	<b>Танец модерн</b>	<b>36</b>	2	34	
3	<b>Джазовый танец</b>	<b>36</b>	2	34	
4	<b>Народный танец</b>	<b>36</b>	1	35	
5	<b>Творческая концертная деятельность.</b>	<b>72</b>	5	67	
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>11</b>	<b>205</b>	

### Содержание

#### Особенности стилей, школ и техник современного танца

(четвёртый год обучения)

##### 1. Классический танец.

Теория. Exersis у станка. Повторение упражнений 3-го года обучения.

Практика. Ускорение темпа. Специальная разминка перед экзерсисом.

Теория. Demi-plie и drand plie с различными видами port de bras.

Сочетание battement tendu с battement jete, pige. Rond de jambe par terre port de bras. Позы на 90 градусов. Battements fondu. маленькие позы, заключающие

упражнения. Battements frappe. Rond de en l'air. Adajio. Растяжки.

Практика. Упражнения на середине зала. Маленькое adajio. Тетр Не, различные виды. Упражнения на развитие устойчивости без опоры. Вращение, различные виды - медленный темп, динамичный вид. Прыжки: lissonne сценический, jete в маленькие позы. Pa suivi.

## **2. Танец модерн.**

Теория. Упражнения на технику, включая понятия «центрирование», «контракция», «релакс», «релис».

Практика. Различные движения в продвижении, в прыжке. Работа корпуса, специальные упражнения.

Танцевальные комбинации, этюды. Развитие движения: ввод полупальцев, полуповоротов, смена ракурса. Усложненный ритмический рисунок движения. Ускорение темпа, увеличение энергии исполнения.

Законченный этюд - итог. 32-64 тактов.

## **3. Джаз - танец.**

Теория. Упражнения на технику «джазовый танец». Специальные упражнения на «изоляция»: плечи, голова, шея, кисти, локти, грудная клетка, бедра, колени, стопы.

Упражнения на координацию рук, ног, головы. Ускорение темпа, смешение ритма.

Практика. Танцевальные комбинации 8 счётов 2\4, 3\4, 4\4, 6\8. музыкальный размер.

Танец без музыкального сопровождения. Танцевальные шаги и использованием различных положений рук, головы, ракурсов. Этюд - итог.

## **4. Народный танец.**

Теория. Экзерсис у станка. Приседания, медленные и быстрые. Упражнения на развитие подвижности стопы. Маленькие броски. Круговые

движения ногой по полу и по воздуху. Каблучные упражнения. Дробные выстукивания. Упражнения с ненапряженной стопой.

Практика. Танцевальные этюды и комбинации.

Теория. Экзерсис на середине зала. Танцевальные ходы. Маятниковые движения по типу «моталочки». Дробные движения. Присядки. Движения на прыжковой подмене опорной ноги. Хлопки и хлопущки. Вращения. Упражнения для рук, корпуса, головы. Прыжковые движения.

Практика. Заклчения танцевальных движений и комбинаций.

## **5. Концертная творческая деятельность.**

Практика. Сценическая практика.

Индивидуальная работа с обучающимися.

Участие в городских, областных, международных фестивалях. Концерты. Поиск образности, выразительности.

Теория. Поиск наиболее выразительных средств для художественного образа танцевального номера, реставрация костюма. Поиск новых форм в решении сценического костюма.

Актёрское мастерство.

Практика. Упражнение и этюды на развитие актёрских способностей.

Итоговое занятие. Отчётный концерт для педагогов и родителей.

### **Прогнозируемые результаты 4 года обучения**

**По окончании 4 года обучения учащиеся должны**

#### **знать:**

- основы хореографического искусства;
- способы повышения исполнительского мастерства;

#### **уметь:**

- осознанно владеть элементами классического танца, народного танца, модерн, джазового танца;

- самостоятельно разогреть тело для исполнения сценического танца;
- применять специальные упражнения с целью дальнейшего самосовершенствования (по рекомендации педагога);
- освоить репертуар танцевальной студии;
- успешно участвовать в концертах, фестивалях, конкурсах и т.д.

## Пятый год обучения

### Композиция в современном танце – приемы и принципы

#### «Базовый уровень»

**Цель пятого года обучения** – создание условий для освоения пластической манеры, стиля и техники различных танцевальных систем и самореализации через язык танца.

#### **Основные задачи пятого года обучения.**

##### *Образовательные:*

- дать представление о современных молодёжных направлениях танца;
- освоить современные техники танца;
- изучить особенности техники движений молодёжных направлений танца по видеоматериалам, мюзиклов, концертных программ.

##### *Развивающие:*

- обучение контактной импровизации в танце как секвенции импровизированных движений
- развитие творческих способностей и творческой фантазии;
- развитие ассоциативного мышления и ритмопластической свободы.

##### *Воспитывающие:*

- формирование стремления к самостоятельному творчеству;
- формирование художественных взглядов и эстетического вкуса;
- воспитание коллективизма, ответственности, трудолюбия.

Программа пятого года обучения рассчитана на 216 часов

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

#### Пятый год обучения

№ п.п.	Название раздела	Количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации\ контроля
1	<b>Классический танец</b>	<b>40</b>	1	39	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах,
2	<b>Танец модерн</b>	<b>40</b>	2	38	
3	<b>Джазовый танец</b>	<b>40</b>	2	38	

4	<b>Народный танец</b>	<b>40</b>	<b>1</b>	<b>39</b>	отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
5	<b>Творческая работа</b>	<b>50</b>	<b>4</b>	<b>46</b>	
6	<b>Организационная работа</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>	

## Содержание

### Композиция в современном танце – приемы и принципы

(пятый год обучения)

#### 1. Классический танец.

Теория. Упражнения у станка. Повтор и закрепление пройденного материала.

Практика. Упражнения с полуповоротами. Упражнение с полупальцами; уровень 90 градусов. Ускорение темпа, более сложные сочетания элементов. Растяжки. Специальные упражнения. Подбор индивидуальной программы для обучаемого.

Теория. Упражнения на середине зала. Повторение и закрепление пройденного материала.

Практика. Большие позы Attitudes, arabesques на 45 и 90 градусов, статичные и во вращении. Индивидуальная работа с обучающимися.

#### 2. Танец модерн.

Теория. Упражнения на технику «модерн». Эмоциональная реакция на музыкальное сопровождение. Импровизация. Проработка всех понятий

«модерн».

Практика. Экспериментальная работа. Усложненные танцевальные «дорожки» в продвижении, во вращении и продвижении, в прыжке-продвижении, в прыжке-повороте-продвижении.

Теория. Танцевальные комбинации, этюды.

Практика. Экспериментальная работа педагога, учащегося. Составление комбинаций и исполнение их на основе приобретенных умений. Этюд - 64 такта и более - итог.

### **3. Джаз - танец.**

Теория. Упражнения на технику «джазовый танец». Поиск новых средств выражения современного танца.

Практика. Составление комбинаций, диктуемых сегодняшним днём. Повтор и закрепление достигнутого уровня. Нарботка техники, доведение движения до автоматизма. Переход на импровизированную работу с обучающимися.

Теория. Танцевальные комбинации.

Практика. Этюд - итог. Отклик на современное состояние танцевальной культуры, модные и стильные направления.

### **4. Народный танец.**

Теория. Экзерсис у станка.

Практика. Повторение изученного ранее. Зигзаги (змейка). Большие броски. Раскрывание ноги на 90 градусов.

Теория. Экзерсис на середине зала.

Практика. Повторение изученного ранее. Дробные движения. Хлопки и хлопушки. Вращения. Упражнения для рук, корпуса, головы. Прыжковые движения. Заключение танцевальных движений и комбинаций.

Теория. Танцевальные этюды и комбинации.

Практика. Этюд-итог.

## **5. Творческая работа. Индивидуальная работа.**

Теория. Репетиционная работа.

Практика. Постоянное расширение репертуара, сохранение поставленных номеров. Ввод новых исполнителей. Подбор музыкального сопровождения. Постановка новых танцевальных форм.

Индивидуальная работа с солистами.

Подбор музыкального материала - основы номера. Постановка сольного танца. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях.

## **6. Организационная работа.**

Теория. Итоги обучения в танцевальной студии. Профессиональная ориентация.

Здоровый образ жизни. Основы физического здоровья. Культура здоровья. Значение гигиены. Основы самоконтроля за здоровьем. Единство физического, психического и духовного здоровья.

Практика. Итоговое занятие. Отчётный концерт. Цель - оценка результата обучения и достижений в творческом процессе.

### **Прогнозируемые результаты 5 года обучения**

#### **По окончании 5 года обучения учащиеся должны**

##### **знать:**

- основные понятия и стилевое многообразие классического танца, танца модерн, джаз-танца, народного танца;
- необходимые условия для занятий хореографией, в том числе и правила техники безопасности;
- характер влияния танца, эмоционально-окрашенного движения на человека, его психическое и физическое состояние;
- значение хореографии для современного человека как демократического, повсеместного вида художественного творчества;

##### **уметь:**

- провести разминку с начинающими изучать основы хореографии;

- составить тренировочную танцевальную комбинацию (8-16 тактов);
- выразить музыку через импровизированный танец;
- выполнять более сложные движения танца (по координации, по темпу, длительности);
- строение организма человека;
- исполнять сложные вращения;
- самостоятельно накладывать грим для сценического воплощения ( в зависимости от хореографической идеи) танца;
- реставрировать сценический костюм, а также изготавливать доступные детали сценического костюма, аксессуары, атрибуты.

## Планируемые результаты освоения программы

### «Современная хореография»

#### *Личностные результаты*

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющегося в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- сформированное отношение к базовым национальным ценностям (творчество, искусство, труд, красота, гармония, духовный мир человека);
- опыт позитивного отношения к творчеству;
- устойчивая потребность делиться своим хореографическим и эмоциональным опытом с другими учащимся;
- опыт самостоятельного общественного действия в открытом социуме (участие в благотворительных концертах, выступления для социальных партнеров, родителей и обучающихся школы);
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

*У учащихся формируются умения:*

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли современной хореографии в жизни;
- уметь входить в эмоциональный резонанс с окружающими людьми;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

#### *Метапредметные результаты*

- способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

*У учащихся формируются умения:*

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;

-выявлять особенности взаимодействия современной хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);

-находить ассоциативные связи между художественными образами в современном танце, других танцевальных направлениях и видов искусства;

-передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

### ***Предметные результаты***

- проявлять интерес к предлагаемым современным направлениям танца;
- знать основы танцевальной школы современного танца;
- усвоить основные термины джаз-танца, знать названия движений и переводить на язык пластики, выполняя задания педагога;
- уметь определять музыкальный размер, ритм, темп;
- улучшить координацию движений и свободно владеть своим телом;
- освоить партерный экзерсис, позволяющий улучшить хореографические данные;
- выучить ряд танцевальных композиций;
- уметь применять хореографические знания в импровизации при создании хореографических этюдов, композиций;

*У учащихся формируются умения:*

-понимать роль хореографии в жизни человека; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;

-эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;

-понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;

-исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы.

## Оценочные материалы

### Формы аттестации

Отслеживания результатов танцевальной студии «Анастасия» осуществляется через фестивали и конкурсы различного уровня от районного до международного, отчётный концерт танцевальной студии.

Отслеживание и фиксация результатов осуществляется через фото и видеозаписи концертных выступлений, дипломы и грамоты с конкурсов и фестивалей, журнал посещаемости, сертификаты о прохождении мастер-классов, отзывы родителей и детей.

Демонстрация достижений и результатов танцевальной студии «Анастасия» происходит через хореографические конкурсы и фестивали, открытые занятия, портфолио учащихся, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по портфолио.

### Формы подведения итогов

*Спектр способов и форм выявления результатов:*

- наблюдение педагога;
- беседы с родителями и детьми;
- просмотр на репетициях;
- праздничные мероприятия;
- фестивали;
- концерты;
- конкурсы;
- открытые и итоговые занятия;
- диагностика индивидуального развития;
- анализ выполнения программы;
- анализ результатов участия детей в мероприятиях;
- эксперимент (особая ситуация, когда дети становятся главными участниками нового события).

*Спектр способов и форм фиксации результатов:*

- грамоты;
- дипломы;
- диагностические индивидуальные карты;
- видеозапись;
- отзывы детей и родителей;
- методические разработки;
- портфолио.

*Спектр способов и форм предъявления результатов:*

- конкурсы;
- фестивали;
- праздники;
- концерты;
- открытые занятия;
- итоговые занятия.

### **Оценочные материалы**

1. Тест «Солнышко» на выявление уровня развития воображения. На предложенной картинке необходимо было выявить и устранить несоответствие. При обработке данных никому уровню соответствовало формальное устранение несоответствия, среднему - более содержательное устранение несоответствия, высокому - сложный ответ.
2. Тест на выявление артистических данных. Каждому тестируемому в индивидуальном порядке было предложено под специально подобранный музыкальный материал, применяя в качестве основных выразительных средств только пантомиму и мимику, изобразить любой из заданных персонажей или ситуаций (например, муха на варенье, кошка, охотящаяся на птичку, ловля кузнечика) на выбор. При обработке показателей низкому уровню соответствовал формальный подход с использованием общепринятых шаблонов, без использования мимики. Среднему уровню соответствовал почти тот же

шаблон, но с попыткой добавить что-то свое и использование мимики. Высокий уровень - изображение образа или ситуации нестандартно с богатой мимикой.

3. Тест на выявление артистических данных. Каждому тестируемому в индивидуальном порядке было предложено под специально подобранный музыкальный материал, применяя в качестве основных выразительных средств только пантомиму и мимику, изобразить любой из заданных персонажей или ситуаций (например, муха на варенье, кошка, охотящаяся на птичку, ловля кузнечика) на выбор. При обработке показателей низкому уровню соответствовал формальный подход с использованием общепринятых шаблонов, без использования мимики. Среднему уровню соответствовал почти тот же шаблон, но с попыткой добавить что-то свое и использование мимики. Высокий уровень - изображение образа или ситуации нестандартно с богатой мимикой.

#### **Критерии определения результативности программы:**

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.).

**Гибкость, пластичность** – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения.

**Координация, ловкость движений** – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.

**Творческие способности** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений.

**Внимание** – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).

***Память*** – способность запоминать музыку и движения.

Показателем качества образования являются достижения учащихся в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня.

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение**

Для успешной организации деятельности танцевальной студии «Анастасия» созданы материально-технические условия:

- зал, оборудованный станками и зеркалами;
- форма для занятий;
- музыкальный центр;
- шкаф для хранения костюмов;
- гимнастические коврики;
- аудио- и видеодиски;
- телевизор и видеоманитон;
- проектор;
- концертные костюмы и концертная обувь.

#### **Методическое обеспечение:**

- - специальная литература по хореографии.

В танцевальной студии создана **информационно-методическая медиатека** по следующим темам:

«Методика преподавания бальных танцев. Латиноамериканская программа»

«Методика преподавания бальных танцев. Европейская программа»

«Первый Московский Международный конгресс по танцевальному спорту. Латиноамериканская программа»

«Первый московский Международный конгресс по танцевальному спорту. Европейская программа»

«Популярные английские вариации. Европейские танцы».

«Популярные английские вариации. Латиноамериканские танцы».

«Семинар по современному танцу. Базовый уровень. Мастер-класс (практикум). Педагог-хореограф Н.В. Лыцова».

«Открытые уроки по современному танцу. Базовый уровень. Мастер-класс (практикум). Педагог-хореограф Н.В. Лыцова».

«Современный танец для детей 9-12 лет. Ашот Назаретян».

«Мастер-класс по современному танцу. Евгений Шевцов»

Конкурсные выступления Всероссийского конкурса хореографического искусства «Звёздный дождь в Екатеринбурге» 2010-2016 гг.

### ***Методы обучения, используемые педагогом при проведении занятий***

*Словесный метод* – используется на каждом занятии в форме беседы, изложения нового материала, закрепления изученного и повторения пройденного.

*Коллективная работа* – один из методов, приучающих справляться с поставленной задачей сообща, учитывать мнение окружающих. Способствует взаимопониманию между членами группы, созданию дружественной обстановки.

*Репродуктивный метод* – используется педагогом для наглядной демонстрации способов работы, выполнения отдельных ее элементов при объяснении нового материала; он связан с демонстрацией кинофильмов, презентаций и др.

*Метод практического обучения* (практическое занятие) - это основной вид занятий, направленный на формирование предпрофессиональных практических умений и навыков.

*Метод стимулирования* (участие в конкурсах, поощрение).

*Метод оценки:* анализ, самооценка, взаимооценка, взаимоконтроль.

*Метод информационно - коммуникативный поддержки:* работа со специальной литературой, интернет ресурсами.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы допускается отсутствие учебных занятий, проводимых путём непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися в аудитории. В этом случае применяется

электронное обучение, дистанционные образовательные технологии, обеспечивающие для обучающихся независимо от их места нахождения достижение результатов обучения путём организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет».

Школа обеспечивает возможность демонстрации обучающимися индивидуальных достижений в освоении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, в том числе в формате видеозаписей выступлений, направления творческих работ в электронном формате, участия в соревнованиях в дистанционном режиме; ведёт учет посещения обучающимися занятий и дистанционных активностей в объединениях дополнительного образования.

### **Кадровое обеспечение**

Согласно профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» данную программу реализует педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнем квалификации 6.

### **Список литературы**

#### **Для педагога**

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец модерн: Пособие для начинающих. 2-е изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2011.
2. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе/Пер. с англ. С.Ю. Бардиной. - М.: ООО «Издательство

АСТ»: «Издательство Астрель», 2013.

3. Евладова Е.Б. Дополнительное образование детей: учебник для студентов педагогических училищ и колледжей. – М.: Владос, 2004.

4. Захаров В. М. Танцы народов мира. – М., 2011.

5. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2015.

6. Гусев г.п. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учеб. Пособие для вузов искусств и культуры. - М.: Гуманит. Издат. Центр ВЛАДОС, 2013.

7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. Пособие для вузов искусств и культуры. - М.: Гуманит. Издат. Центр ВЛАДОС, 2009.

8. Звёздочкин В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры. - Ростов н/Д: «Феникс». Серия «Учебники и учебные пособия», 2010.

9. Ритмическое воспитание актёра: Методическое пособие. – М: ВЦХТ «Я вхожу в мир искусства», 2016

#### **Для детей и родителей**

1 Ерохина О.В. Школа танцев для детей/Серия «Мир вашего ребёнка». - Ростов н/Д: «Феникс», 2013.

2 Попова Е. П. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., «Олимпия-пресс», 2010.

3. Смит Люс. Танцы. Начальный курс/Л. Смит; пер. сангл. Е. Апрышко; - М.: 000 «Издательство Астрель» : 000 «Издательство АСТ», 2011.

4. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Учите танцевать. – М., 2013.

5. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2011.

## Календарный учебный график

(первый год обучения)

Количество часов в неделю - 4

Количество часов в год – 144

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа

№ пп	Месяц/неделя	Форма занятия	Тема	КОЛ-ВО часов			МЕСТО проведения	форма контроля
				всего	теория	практика		
			<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей,
1	сент/1	Собеседование вводное занятие	Творческое знакомство. Правила по технике безопасности.	1	1			
			<b>Танец модерн.</b>	<b>35</b>	<b>8</b>	<b>27</b>	зал ритмики	открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>Основные понятия танца модерн</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>		
2-3	сент/1	Комбинированное занятие	Пространственные музыкальные упражнения.	2	1	1		
4	сент/1	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Основные понятия танца модерн	1	1			

			<b>Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.</b>	<b>21</b>	<b>4</b>	<b>17</b>		
5-6	сент/ 2	Комбинированное занятие	Танцевальные шаги	2	1	1		
7		Практическое занятие	Позиции рук и ног.	1		1		
8		Практическое занятие	Упражнения разминки.	1		1		
9	сент/ 3	Практическое занятие	Упражнения, включающие понятие «центр».	1		1		
10		Практическое занятие	Упражнения, включающие понятие «гравитация».	1		1		
11		Практическое занятие	Упражнения на дыхание.	1		1		
12-13	сент/ 3-4	Комбинированное занятие	Понятие «баланс».	2	1	1		
14	сент/ 4	Практическое занятие	Упражнения для рук.	1		1		
15		Практическое занятие	Упражнения на развитие подвижности стопы.	1		1		
16-17	сент/ 4-5	Комбинированное занятие	Понятие «контракция», упражнения на гибкость и растяжку.	2	1	1		

18-19	окт/ 5	Комбинированное занятие	Понятие «релаксация», упражнения на полу.	2	1	1		
20		Практическое занятие	Работа корпуса – специальные упражнения.	1		1		
21	окт/ 6	Практическое занятие	Прыжки на месте и в продвижении.	1		1		
22		Практическое занятие	Понятие «спираль».	1		1		
23		Практическое занятие	Отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса.	1		1		
24		Практическое занятие	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела.	1		1		
25	окт/ 7	Практическое занятие	Упражнения на развитие равновесия в динамике.	1		1		
			<b>Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>7</b>		
26-27		Комбинированное занятие	Разучивание танцевальных элементов в развитии.	2	1	1		
28-29	окт/ 7-8	Комбинированное занятие	Комбинации на 8, 16 тактов.	2	1	1		
30	окт./ 8	Практическое занятие	Смена рисунка в продвижении.	1		1		

31		Практическое занятие	Смена ритма в танцевальных комбинациях.	1		1		
32		Практическое занятие	Укрупнение амплитуды движения.	1		1		
33	нояб./ 9	Практическое занятие	Совмещение «центра» танцовщика в пространстве.	1		1		
34		Практическое занятие	Комбинации на 24 такта.	1		1		
			<b>Импровизация учащихся.</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>		
35		Практическое занятие	Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему.	1		1		
36		Творческое занятие	Импровизация в форме игры.	1		1		
			<b>Джазовый танец.</b>	<b>36</b>	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>зал ритмики</b>	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностики
			<b>История джазового танца. Основные характеристики джазовых элементов.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>		
37	нояб./ 10	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	История развития джазового танца.	1	1			

38-39		Комбинированное занятие	Основные характеристики джазового танца.	2	1	1	ка индивидуального развития, эксперимент.
			<b>Специальные танцевальные движения.</b>	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	
40-41	нояб./10-11	Комбинированное занятие	Понятия «изоляция», «свинг».	2	1	1	
42	нояб./11	Практическое занятие	Эволюция джазового танца, разминка.	1		1	
43-44		Комбинированное занятие	Основные этапы возникновения джазового танца, упражнения на полу.	2	1	1	
45-46	нояб./12	Практическое занятие	Джазовая ходьба.	2		2	
47		Практическое занятие	Упражнения на «изоляцию».	1		1	
48		Практическое занятие	Упражнения на середине зала.	1		1	
49	дек./13	Практическое занятие	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	1		1	
50		Практическое занятие	Упражнения на координацию.	1		1	
51		Практическое занятие	Упражнения на координацию движений в пространстве.	1		1	
52		Практическое занятие	Точность выполнения движений.	1		1	

			<b>Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>		
53-54	дек./14	Комбинированное занятие	Развитие движений от простого к сложному.	2	1	1		
55-56		Комбинированное занятие	Танцевальные комбинации: 8 тактов, 2/4.	2	1	1		
57-59	дек./15	Комбинированное занятие	Виды джазовых шагов.	3	1	2		
60-61	дек./15-16	Комбинированное занятие	Танцевальные комбинации: 8 тактов, $\frac{3}{4}$ , 4/4.	2	1	1		
62-63	дек./16	Комбинированное занятие	Расчленение движения на составные.	2	1	1		
64-65	дек./16-17	Практическое занятие	Комбинации на работу отдельно – рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса.	2		2		
66	январь/17	Практическое занятие	Комбинации на 24 такта.	1		1		
			<b>Импровизация учащихся.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
67		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Коллективная импровизация на заданную тему.	1	1			
68		Творческое занятие	Импровизация в форме контактного танца.	1		1		
			<b>Работа со скакалкой.</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>		

69	январь./ 18	Практическое занятие	Упражнения со скакалкой.	1		1	зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
70-71		Комбинированное занятие	Упражнения на выносливость и дыхание.	2	1	1		
72			Упражнения на прыгучесть, высоту прыжка.	1		1		
			<b>Народный танец.</b>	<b>35</b>	<b>14</b>	<b>21</b>		
			<b>История народного танца.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>		
73	январь./ 19	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	История развития народного танца.	1	1			
			<b>Специфические танцевальные движения.</b>	<b>17</b>	<b>7</b>	<b>10</b>		
74-75		Комбинированное занятие	Позиция рук на - 1,2,3 на талии.	2	1	1		
76-77	январь.- февраль./ 19-20	Комбинированное занятие	Позиции ног открытые и закрытые.	2	1	1		
78-79	февраль./ 20	Комбинированное занятие	Танцевальные шаги.	2	1	1		
80		Практическое занятие	Дробные выстукивания «Печатка»	1		1		
81	февраль./ 21	Практическое занятие	Шаг с притопом в сторону, тройной притоп.	1		1		

82-83		Комбинированное занятие	«Припадание» на месте и с продвижением в сторону.	2	1	1		
84-85	фев./21-22	Комбинированное занятие	Элемент русского танца «верёвочка».	2	1	1		
86-87	фев./22	Комбинированное занятие	Элемент русского танца «ёлочка», «гармошечка».	2	1	1		
88-89	фев./22-23	Комбинированное занятие	Элемент русского танца «ковырялочка с притопом».	2	1	1		
90	февр./23	Практическое занятие	Хлопушки – в ладоши, по бедру: в простых ритмических рисунках.	1		1		
			<b>Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>5</b>		
91-93	фев-март/23-24	Комбинированное занятие	Танцевальные комбинации.	3	1	2		
94-95	март/24	Комбинированное занятие	Хоровод.	2	1	1		
96-97	март/25	Практическое занятие	Работа в паре	2		2		
			<b>Сценический образ.</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		
98-99		Комбинированное занятие	Элементы актёрского мастерства.	2	1	1	зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей,
100-101	март/26	Творческое занятие	Упражнения и этюд на развитие актёрских способностей.	2		2		

102 - 103		Комбинированное занятие	Костюм. Пошив, примерка, ремонт костюма	2	1	1	открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
104 - 105	март/ 27	Комбинированное занятие	Грим и его многообразие.	2	1	1	
106 - 107		Комбинированное занятие	Причёска – важная деталь грима.	2	1	1	
			<b>Творческая концертная деятельность.</b>	<b>36</b>	<b>3</b>	<b>33</b>	зал ритмики Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>Постановка номеров.</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	
108 - 111	март/ 28	Комбинированное занятие	Постановка танцевального номера.	4	1	3	
112 - 114	март-апр/ 28-29	Творческое занятие	Постановка новогоднего номера.	3		3	
115 - 121	апр./ 29-31	Комбинированное занятие	Постановка концертного номера.	7	1	6	
			<b>Репетиционный процесс.</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	
122 - 124	апр./ 31	Комбинированное занятие	Репетиция на школьной сцене.	3	1	2	
125 - 132	апр.-май/ 32-33	Практическое занятие	Отработка концертного номера.	8		8	
133 - 134	май/ 34	Практическое занятие	Репетиция отчётного концерта.	2		2	
			<b>Участие в концертах, конкурсах.</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	

135 - 137	май/ 34-35	Практическое занятие	Выступление на школьном празднике.	3		3		
138 - 139	май/ 35	Практическое занятие	Посещение танцевального концерта.	2		2		
140 - 141	май/ 35-36	Практическое занятие	Выступление на конкурсе.	2		2		
142 - 143	май/ 36	Практическое занятие	Отчётный концерт.	2		2		
144		Практическое занятие	<b>Итоговое занятие для родителей</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		
			<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>37</b>	<b>107</b>		

**Календарный учебный график  
(второй год обучения)**

Количество часов в неделю - 4.

Количество часов в год - 144.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа

№	Месяц/неделя	Форма занятия	Тема	Кол-во часов			Место проведения	Формы контроля
					теория	практика		
			<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Зал	Наблюдение, участие в конкурсах и

1	сен./1	Собеседование вводное занятие	Творческое знакомство. Правила по технике безопасности.	2	1			концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуаль ного развития, эксперимент.
2		Практическое занятие	Подвижные игры на развитие эмоциональной сферы учащихся.			1		
			<b>Танец модерн.</b>	<b>35</b>	<b>3</b>	<b>32</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуаль ного развития, эксперимент.
			<b>2.1 Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>		
3		Практическое занятие	Позиции рук и ног. Танцевальные шаги	1		1		
4		Практическое занятие	Упражнения разминки.	1		1		
5	сент/2	Практическое занятие	Прыжки в различных ритмических рисунках.	1		1		
6		Практическое занятие	Упражнения, включающие понятие «центр»	1		1		

7		Практическое занятие	Упражнения, включающие понятие «гравитация».	1		1		
8		Практическое занятие	Упражнения на дыхание.	1		1		
9	сен./3	Практическое занятие	Понятие «баланс». Упражнения для рук.	1		1		
10		Практическое занятие	Комбинирование различных видов шагов, бега между собой.	1		1		
11		Практическое занятие	Упражнения на развития подвижности стопы.	1		1		
12		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Понятие «контракция», упражнения на гибкость и растяжку.	1	1			
13	сен./4	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Понятие «релаксация», упражнения на полу.	1	1			
14		Практическое занятие	Работа корпуса – специальные упражнения.	1		1		
15		Практическое занятие	Прыжки на месте и в продвижении.	1		1		
16		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Понятие «спираль». «Падающие» позы.	1	1			

17	окт./5	Практическое занятие	Упражнения для растягивания мышц бёдер.	1		1		
18		Практическое занятие	Контракция и растяжка.	1		1		
19		Практическое занятие	Упражнения на развитие равновесия в динамике. Маховые упражнения для ног.	1		1		
20		Практическое занятие	Упражнения на релаксацию и на улучшение осанки.	1		1		
			<b>2.2. Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>13</b>		
21-22	окт./6	Практическое занятие	Комбинации на 8, 16 тактов.	2		2		
23-24		Практическое занятие	Смена ритма в танцевальных комбинациях.	2		2		
25-27	окт./7	Практическое занятие	Смена рисунка в продвижении.	3		3		
28		Творческое занятие	Танец без музыкального сопровождения.	1		1		

29	окт./8	Творческое занятие	Развёрнутые комбинации.	1		1		
30		Практическое занятие	Укрупнение амплитуды движения.	1		1		
31		Практическое занятие	Работы в парах, тройках.	1		1		
32-33	ок-н/8-9	Творческое занятие	Сольный танцевальный этюд, тему.	2		2		
			<b>2.3. Импровизация учащихся.</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>		
34	ноя./9	Практическое занятие	Коллективный танец и его формы.	1		1		
35		Творческое занятие	Контактный танец, «вживание» танцовщиков друг в друга.	1		1		
36		Творческое занятие	Сольная импровизация.	1		1		
37	ноя./10		<b>2.4. Итоговое занятие по модерн танцу.</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		
			<b>Джазовый танец.</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей,
			<b>3.1. Специальные танцевальные движения.</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>		

38		Практическое занятие	Разминка	1		1	открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
39		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Понятия «изоляция», «свинг».	1	1		
40-41	ноя/10-11	Практическое занятие	Применение понятия «изоляция» в танцевальных комбинациях.	2		2	
42	ноя/11	Практическое занятие	Упражнения на полу.	1		1	
43		Практическое занятие	Джазовая ходьба.	1		1	
44-45	ноя/11-12	Практическое занятие	Упражнения на середине зала.	2		2	
46	ноя/12	Практическое занятие	Развития отдельных групп мышц и подвижности суставов.	1		1	
47		Практическое занятие	Упражнения на координацию.	1		1	
48-49	ноя./12-13	Практическое занятие	Танцевальные связки (дорожки).	2		2	

50-51	дек/13	Практическое занятие	Точность и синхронность выполнения движений.	2		2		
52-53	дек/13-14	Практическое занятие	Прыжки.	2		2		
			<b>3.2. Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>		
54	дек/14	Практическое занятие	Развитие движений от простого к сложному.	1		1		
55		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Джазовые шаги.	1	1			
56		Практическое занятие	Танцевальные комбинации: 8 тактов, 2/4.	1		1		
57	дек/15	Практическое занятие	Танцевальные комбинации: 8 тактов, 3/4, 4/4.	1		1		
58		Практическое занятие	Развитие базовых элементов джазового танца.	1		1		
59		Практическое занятие	Комбинации на 24 такта.	1		1		
60		Практическое занятие	Комбинации на работу отдельно – рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса.	1		1		

61	дек/16	Практическое занятие	Повторение комбинаций.	1		1		
62-63		Творческое занятие	Этюд – основа законченной хореографической композиции.	2		2		
			<b>3.3 Импровизация учащихся.</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>		
64		Практическое занятие	Эмоциональное состояние при создании танца.	1		1		
65	январь/17	Практическое занятие	Этюд из знакомых танцевальных комбинаций.	1		1		
66		Творческое занятие	Импровизация в группах.	1		1		
67			<b>3.4. Открытый урок джазового танца.</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		
			<b>Народный танец.</b>	<b>30</b>	<b>1</b>	<b>29</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>4.1. Специфические движения народного танца.</b>	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>16</b>		
68		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Многообразие народного танца.	1	1			
69	январь/18	Практическое занятие	Позиции рук на - 1,2,3 на талии.	1		1		

70		Практическое занятие	Танцевальные шаги. Позиции ног открытые и закрытые.	1		1		
71		Практическое занятие	Дробные выстукивания «Печатка»	1		1		
72		Практическое занятие	Разновидности переменных шагов.	1		1		
73	январь/19	Практическое занятие	«Припадание» на месте и с продвижением в сторону.	1		1		
74-75		Практическое занятие	Дробные выстукивания. («Дробная дорожка», «Семейская дробь»).	2		2		
76		Практическое занятие	«Верёвочка» комбинированная с притопом и переступанием..	1		1		
77	февраль/20	Практическое занятие	Танцевальный элемент «Молоточек», на месте и с продвижением.	2		2		
78		Практическое занятие	Танцевальный элемент «Маятник».	1		1		
79-80		Практическое занятие	Элементы белорусского танца. Основной ход, положение рук в белорусском танце.	2		2		

81-82	фев/21	Практическое занятие	Элемент белорусского танца «Падэбаск».	2		2		
83		Практическое занятие	Народные костюмы.	1		1		
			<b>4.2. Танцевальные комбинации, развёрнутые композиции, этюды.</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>10</b>		
84-85	фев/21-22	Практическое занятие	Танцевальные комбинации с ускорением темпа.	2		2		
86-87	фев/22	Практическое занятие	«Кадриль».	2		2		
88-89	фев/22-23	Практическое занятие	Работа в паре	2		2		
9091	фев/23	Практическое занятие	Тренинги «Зеркало», «Пилим дрова», «Парное оправдание поз».	2		2		
92-93	фев/23-24	Практическое занятие	Танец «Барыня».	2		2		
			<b>4.3. Импровизация учащихся</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>		

94-95	март/24	Творческое занятие	Составление комбинаций из знакомых движений	2		2		
96			<b>4.4. Итоговое занятие.</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		
			<b>Творческая концертная деятельность.</b>	<b>47</b>	<b>7</b>	<b>40</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>5.1. Постановка концертных номеров.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>		
97-99	апр/25	Комбинированное занятие	Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем.	3	1	2		
100-101	март/25-26	Практическое занятие	Постановка новогоднего номера.	2		2		
102-106	март/26-27	Практическое занятие	Постановка концертного номера.	5		5		
			<b>5.2. Репетиционный процесс.</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>		
107-109	март/27-28	Творческое занятие	Репетиция на школьной сцене.	3		3		
110-120	март-апр/28-30	Творческое занятие	Отработка концертных номеров.	11		11		

121	апр./31	Творческое занятие	Репетиция отчётного концерта.	1		1
			<b>5.3. Участие в концертах, конкурсах.</b>	<b>11</b>	<b>0</b>	<b>11</b>
122 - 124		Творческое занятие	Выступление на школьных праздниках.	3		3
125 - 126	апр/32	Творческое занятие	Посещение танцевальных концертов.	2		2
127 - 131	апр- май/32-33	Творческое занятие	Конкурсные выступления.	5		5
132	май/33	Творческое занятие	Отчётный концерт.	1		1
			<b>5.4. Индивидуальная работа</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
133 - 135	май/34	Комбинированное занятие	Отработка движений с солистами.	3	1	2
			<b>5.5. Понятие «хореографический стиль».</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
136		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Игра с внутренней бесконечностью	1	1	
137	май/35	Практическое занятие	Этюд «Замкнутое пространство».	1		1

138		Творческое занятие	Этюд «Сжатие».	1		1		
			<b>5.6. Элементы актёрского мастерства.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>		
139		Комбинированное занятие	Игра «Я стал актёром».	1	1			
140 - 141	май/35-36	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Упражнения на развитие актёрских способностей.	2	1	1		
			<b>5.7. Грим, костюм, причёска.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>		
142 - 143	май/36	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Специфика сценического костюма. Подбор причёски и грима, поиск выразительных средств.	1		1		
144		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Аксессуары – их роль в хореографической композиции.	1	1			
			<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>		

**Календарный учебный график  
(третий год обучения)**

Количество часов в неделю - 4.

Количество часов в год - 144.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа

№	Месяц/неделя	Форма занятия	Тема	Кол-во часов			Место проведе	Формы контроля
				Всего	теория	практика		
			<b>Классический танец.</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>1.1. Экзерсис у станка</b>	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>11</b>		
1	сен./1	Собеседование вводное занятие	Постановка корпуса, постановка рук, позиции рук.	1	1			
2		Практическое занятие	Позиции ног.	1		1		
3		Практическое занятие	Demi plie по 1 позиции.	1		1		
4		Практическое занятие	Grand plie по 1 позиции.	1		1		
5	сен./2	Практическое занятие	Battement tendu по 1 позиции.	1		1		
6		Практическое занятие	2, 3 формы Par de bours.	1		1		
7-8		Комбинированное занятие	Demi plie и Grand plie по 2,5 позициям.	2	1	1		

9	сен/3	Практическое занятие	Battement tendu simple с Demi plie.	1		1		
10		Практическое занятие	Battement tendu jete.	1		1		
11		Практическое занятие	Проучивание перегибов корпуса: в сторону, назад, вперед.	1		1		
12		Практическое занятие	Battement soutenu/	1		1		
13	сен/4	Практическое занятие	Grand Battement	1		1		
			<b>1.2. Экзерсис на середине зала.</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>		
14		Практическое занятие	Подготовительное движение руки (preparation). Партерная гимнастика.	1		1		
15		Практическое занятие	Постановка корпуса. Работа над мягкостью и пластичностью рук.	1		1		
16		Практическое занятие	Позы, положения, связанные с понятием croisee, efface.	1		1		
17	окт/5	Практическое занятие	Par de bours.	1		1		
18		Практическое занятие	Арабески 1,2,3.	1		1		

19		Практическое занятие	Положения, связанные с понятием croisee, efface.	1		1		
			<b>1.3. Прыжки.</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>		
20		Практическое занятие	Прыжки по 1 прямой позиции.	1		1		
21	окт/6	Практическое занятие	Прыжки по выворотным позициям.	1		1		
22		Практическое занятие	Прыжки с двух ног на две ноги.	1		1		
			<b>1.4. Вращения.</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>		
23		Практическое занятие	Подготовительные упражнения к турам.	1		1		
24		Практическое занятие	Полуповороты в 5 позиции с переменной ног.	1		1		
			<b>1.5. Растяжки.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		
25-26	окт/7	Комбинированное занятие	Упражнения на разработку эластичности связок и мышц.	2	1	1		
27		Практическое занятие	Партерная растяжка.	1		1		

28			<b>1.6. Безопасность, охрана здоровья, профилактика травматизма.</b>	1	1			
			<b>2. Танец модерн.</b>	<b>22</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах,отзы вы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуально го развития, эксперимент.
			<b>2.1 Упражнения на технику модерн.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>		
29	<b>окт/8</b>	Практическо е занятие	Упражнения разминки.	1		1		
30		Практическо е занятие	Основные позиции и положения рук, ног, корпуса.	1		1		
31		Практическо е занятие	Развитие физических способностей.	1		1		
32- 33	<b>окт-ноя/8-9</b>	Комбиниров анное занятие	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике.	2	1	1		
34	<b>ноя/9</b>	Практическо е занятие	Упражнения на дыхание.	1		1		
35		Практическо е занятие	Упражнение «спираль» и виды перегибов корпуса.	1		1		
36		Практическо е занятие	Шаги на координацию – «титл», «триплет».	1		1		

37-38	ноя/10	Практическое занятие	Упражнения комбинированные: контракция – релаксация.	2		2		
			<b>2.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>12</b>		
39-40		Практическое занятие	Комбинации на 8, 16 тактов.	2		2		
41	ноя/11	Практическое занятие	Комбинации без музыкального сопровождения	1		1		
42-43		Практическое занятие	Развёрнутые комбинации.	2		2		
44-45	ноя/11-12	Практическое занятие	Этюд (64 такта и более).	2		2		
46	ноя/12	Практическое занятие	Танец на полу.	1		1		
47-48		Творческое занятие	Импровизированный танец.	2		2		
49-50	дек/13	Творческое занятие	Экспериментальная работа.	2		2		
			<b>3.Джазовый танец.</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые
			<b>3.1. Упражнения на технику «джаз – танец».</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>		

51-52		Комбинированное занятие	Упражнения на развитие техники.	2	1	1	занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
53-54	дек/14	Практическое занятие	Исполнение джазовых элементов.	2		2	
55		Практическое занятие	Упражнения на полу.	1		1	
56		Практическое занятие	Упражнения на середине зала.	1		1	
57	дек/15	Практическое занятие	Развития отдельных групп мышц и подвижности суставов.	1		1	
58		Практическое занятие	Упражнения на координацию.	1		1	
59		Практическое занятие	Танцевальные движения, включающие в работу отдельные части тела.	1		1	
60		Практическое занятие	Развитие координации, пластичности, эластичности мышц.	1		1	
			<b>3.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	
61	дек/16	Практическое занятие	Закрепление и повторение пройденного материала.	1		1	

62-63		Практическое занятие	Танцевальные движения в различных сочетаниях.	2		2		
64-65	дек/16-17	Практическое занятие	Комбинации на работу отдельно – рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса.	2		2		
66	январь/17	Творческое занятие	Этюд – основа законченной хореографической композиции.	1		1		
67-68		Творческое занятие	Разновидность джазового танца – брейк.	2		2		
69-70	январь/18	Творческое занятие	Экспериментальная работа.	2		2		
			<b>4. Народный танец.</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>4.1. Движения народного танца.</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>		
71-72		Комбинированное занятие	Ходы и проходки в народном танце.	2	1	1		
73	январь/19	Практическое занятие	«Девичий шаг» с переступанием и с координацией рук.	1		1		
74		Практическое занятие	Танцевальный элемент «Моталочка».	1		1		

75		Практическое занятие	Переменные шаги	1		1		
76		Практическое занятие	«Верёвочка» синкопированная в комбинации с «Косыночкой».	1		1		
77	фев/20	Практическое занятие	Дробные выстукивания.	1		1		
78		Практическое занятие	«Верёвочка» комбинированная с притопом и переступанием.	1		1		
79		Практическое занятие	Дробные выстукивания. «Ключ» простой и усложненный.	1		1		
80		Практическое занятие	Дробные выстукивания. «Двойная дробь».	1		1		
81	фев/21	Практическое занятие	Украинский танец. Положение рук, ног в парном танце. Основной ход – «Бегунец».	1		1		
82		Творческое занятие	Элемент украинского танца. «Выхилиясник».	1		1		
			<b>4.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>		

83-84		Комбинированное занятие	Положения рук, ног, корпуса, головы в паре.	2	1	1		
85	фев/22	Практическое занятие	Понятие о стиле, актёрской танцевальной выразительности	1		1		
86		Творческое занятие	Средства актёрской выразительности в народно-сценическом танце.	1		1		
87		Творческое занятие	Особенности элементов национального танца, характере движений.	1		1		
88		Творческое занятие	Особенности рисунка танца.	1		1		
89-90	фев/23	Творческое занятие	Хоровод.	2		2		
91-94	фев/23-24	Творческое занятие	Разучивание этюдов.	4		4		
			<b>5.Творческая концертная деятельность.</b>	<b>49</b>	<b>2</b>	<b>47</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые
			<b>5.1. Постановка концертных номеров.</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>		

95-100	март/24-25	Комбинированное занятие	Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем.	6	1	5	занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
101-102	март/26	Практическое занятие	Работа с солистами.	2		2	
103-106	март/26-27	Творческое занятие	Поддержание репертуара танцевального коллектива.	4		4	
107-112	март/27-28	Творческое занятие	Постановка концертных номеров.	6		6	
			<b>5.2. Репетиции.</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	
113-114	март/29	Комбинированное занятие	Упражнения и этюды на развитие актёрских способностей.	2	1	1	
115-124	апр./29-31	Творческое занятие	Отработка концертных номеров.	10		10	
125	апр./32	Творческое занятие	Репетиция отчётного концерта.	1		1	
			<b>5.3. Концерты, фестивали.</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	
126-131	апр./32-33	Творческое занятие	Выступление на школьных праздниках.	6		6	
132-134	май/33-34	Творческое занятие	Посещение танцевальных концертов, фестивалей.	3		3	

135-142	май/3 4-36	Творческое занятие	Конкурсные выступления.	8		8		
			<b>5.4. Грим, костюм, причёска.</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
143	май/36		Поиск индивидуально го воплощения образности.	1		1		
			<b>Итоговое занятие.</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
144		Творческое занятие	Отчётный концерт. Оценка работы воспитанников.			<b>1</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуально го развития, эксперимент.
			<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>		

### Календарный учебный график

(четвёртый год обучения)

Количество часов в неделю - 6.

Количество часов в год - 216.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа

	Месяц/неделя	Форма занятия	Тема	Кол-во часов			Место проведения	Форма контроля
				Всего	теория	практика		
			<b>Классический танец.</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>35</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>1.1. Экзерсис у станка</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>20</b>		
1-2	сен/1	Собеседование вводное занятие	Повторение материала предыдущего года обучения.	2	1	1		
3		Практическое занятие	Battement tendu по 5 позиции.	1		1		
4		Практическое занятие	Закрытые прыжки.	1		1		
5		Практическое занятие	Battement tendu jete.	1		1		
6		Практическое занятие	2, 3 формы Par de bours.	1		1		
7-8	сен/2	Практическое занятие	Demi plie и Grand plie по 2,5 позициям.	2		2		
9		Практическое занятие	Battement tendu jete.	1		1		

10-11		Практическое занятие	Простые вращения на месте, с продвижением по диагонали	2		2		
12		Практическое занятие	Перегибы корпуса: в сторону, назад, вперед.	1		1		
13	сен/3	Практическое занятие	Battement soutenu.	1		1		
14		Практическое занятие	Grand Battement.	1		1		
15-16		Практическое занятие	Battment releve lent. На 90 и выше градусов из 5 позиции.	2		2		
17		Практическое занятие	Четвертая форма Port de bras	1		1		
18		Практическое занятие	Battment froppé.	1		1		
19	сен/4	Практическое занятие	Положение ноги coude de pied.	1		1		
20		Практическое занятие	Battment fondue из пятой позиции.	1		1		
21		Практическое занятие	Прыжки: Pas echappe.	1		1		
			<b>1.2. Экзерсис на середине зала.</b>	<b>15</b>		<b>15</b>		

22		Практическое занятие	Партерная гимнастика.	1		1		
23		Практическое занятие	Постановка корпуса. Работа над мягкостью и пластичностью рук.	1		1		
24		Практическое занятие	Par de bours.	1		1		
25-26	окт/5	Практическое занятие	Корпусные движения.	2		2		
27-28		Практическое занятие	Арабески 1,2,3.	2		2		
29		Практическое занятие	Положения, связанные с понятием croisee, efface.	1		1		
30-31	окт/6	Практическое занятие	Вращения на середине.	2		2		
32-33		Практическое занятие	Растяжка.	2		2		
34-35		Практическое занятие	Экзерсис на полу.	2		2		
36		Практическое занятие	Батманы.	1		1		
			<b>Танец модерн.</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	Зал ритмик	Наблюдение, участие в конкурсах и

			<b>2.1 Упражнения на технику модерн.</b>	<b>21</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
37-38	окт/7	Комбинированное занятие	Работа корпуса, специальные упражнения.	2	1	1	
39		Практическое занятие	Упражнения на дыхание.	1		1	
40-41		Практическое занятие	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике.	2		2	
42-43	окт/8	Практическое занятие	Шаги на координацию – «титл», «триплет».	2		2	
44		Практическое занятие	Движение по диагонали.	1		1	
45-46		Практическое занятие	Упражнения комбинированные: контракция – релаксация.	2		2	
47-50	окт-ноя/8-9	Практическое занятие	Упражнения на технику, включая понятия «центрирование», «контракция», «релакс», «релис».	4	1	3	
51-52	ноя/9	Практическое занятие	Знакомство с танцем хип-хоп.	2		2	
53-54		Практическое занятие	Движение в прыжке.	2		2	

55-56	ноя/10	Практическое занятие	Движение в продвижении.	2		2		
57		Практическое занятие	Экзерсис на полу.	1		1		
			<b>2.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>15</b>		<b>15</b>		
58-59		Практическое занятие	Усложненный ритмический рисунок движения.	2		2		
60-61	нояб/11	Практическое занятие	Развитие движения: ввод полупальцев, полуповоротов, смена ракурсов.	2		2		
62-64		Практическое занятие	Развёрнутые комбинации.	3		3		
65-67	нояб/12	Творческое занятие	Этюд (64 такта и более).	3		3		
68-72		Творческое занятие	Экспериментальная работа.	5		5		
			<b>Джазовый танец.</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся,
			<b>3.1. Упражнения на технику «джаз – танец».</b>	<b>21</b>	<b>2</b>	<b>19</b>		
73-74	дек/13	Комбинированное занятие	Упражнения на развитие техники.	2	1	1		

75-76		Практическое занятие	Упражнение на координацию рук, ног, головы.	2		2	диагностика индивидуального развития, эксперимент.
77-78		Практическое занятие	Упражнения на полу.	2		2	
79-80	дек/14	Практическое занятие	Упражнения на середине зала.	2		2	
81		Практическое занятие	Комбинация в пространстве.	1		1	
82		Практическое занятие	Упражнения на координацию.	1		1	
83-84		Практическое занятие	Упражнения на технику «джазовый танец».	2	1	1	
85	дек/15	Практическое занятие	Развитие координации, пластичности, эластичности мышц.	1		1	
86-90		Практическое занятие	Упражнения на «изоляцию»: плечи, голова, шея, кисти, локти, грудная клетка, бедра, колени, стопы.	5		5	
91-93	дек/16	Практическое занятие	Ускорение темпа, смешение ритма.	3		3	
			<b>3.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>15</b>		<b>15</b>	

94-95		Практическое занятие	Комбинации на 8 счетов с разным музыкальным размером.	2		2				
96-97	янв/17	Творческое занятие	Танцевальные движения в различных сочетаниях.	2		2				
98-99		Творческое занятие	Комбинации в парах.	2		2				
100		Творческое занятие	Этюд – основа законченной хореографической композиции.	1		1				
101 - 102		Творческое занятие	Танец без музыкального сопровождения.	2		2				
103 - 104	янв/18	Творческое занятие	Экспериментальная работа.	2		2				
105 - 106		Творческое занятие	Танцевальные шаги с использованием различных положений рук, головы, ракурсов.	2		2				
107 - 108		Творческое занятие	Этюд - итог.	2		2				
			<b>Народный танец.</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>35</b>			Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей,
			<b>4.1. Движения народного танца.</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>20</b>				

109 - 114	январь/19	Комбинированное занятие	Экзерсис у станка.	6	1	5	открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
115 - 116	февраль/20	Практическое занятие	Дробные выстукивания.	2		2	
117		Практическое занятие	Маленькие броски.	1		1	
118 - 119		Практическое занятие	Вращения.	2		2	
120		Практическое занятие	Дробные выстукивания. «Двойная дробь».	1		1	
121 - 122	февраль/21	Практическое занятие	Движения на прыжковой подмене опорной ноги.	2		2	
123 - 125		Практическое занятие	Хлопки и хлопушки.	3		3	
126 - 127	февраль/22	Практическое занятие	Маятниковые движения.	2		2	
128 - 129		Практическое занятие	Прыжковые движения.	2		2	
			<b>4.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	
130 - 131		Практическое занятие	Каблучные движения.	2		2	
132		Практическое занятие	Движения с ненапряженной стопой.	1		1	

133	фев/23	Творческое занятие	Средства актёрской выразительности в народно-сценическом танце.	1		1		
134 - 135		Творческое занятие	Особенности элементов национального танца, характере движений.	2		2		
136 - 137		Творческое занятие	Рисунок танца.	2		2		
138 - 139	март/24	Творческое занятие	Матросский танец.	2		2		
140 - 144		Творческое занятие	Разучивание народных этюдов.	5		5		
			<b>Творческая концертная деятельность.</b>	<b>72</b>	<b>5</b>	<b>67</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент.
			<b>5.1. Репетиционная работа, работа над постановочной техникой исполнения.</b>	<b>37</b>	<b>4</b>	<b>33</b>		
145 - 154	март/25-26	Комбинированное занятие	Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем.	10	1	9		
155 - 159	март/27	Комбинированное занятие	Работа с солистами.	5	1	4		

160 - 167	март/27-28	Комбинированное занятие	Поддержание репертуара танцевального коллектива.	8	1	7		
168 - 174	апр/29	Комбинированное занятие	Постановка концертных номеров.	7	1	6		
175 - 180	апр/30	Творческое занятие	Отработка концертных номеров.	6		6		
181		Творческое занятие	Репетиция отчётного концерта.	1		1		
			<b>5.2. Концерты, фестивали.</b>	<b>20</b>		<b>20</b>		
182 - 187	апр/31-32	Творческое занятие	Выступление на школьных праздниках.	6		6		
188 - 192	апр/32	Творческое занятие	Посещение танцевальных концертов, фестивалей.	5		5		
193 - 198	май/33	Творческое занятие	Концертные выступления.	6		6		
199 - 201	май/34	Творческое занятие	Конкурсные выступления.	3		3		

			<b>5.3. Грим, костюм, причёска.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		
202 - 203		Комбинированное занятие	Поиск индивидуального воплощения образности.	2	1	1		
204		Практическое занятие	Реставрация костюмов.	1		1		
			<b>5.4. Актёрское мастерство.</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		
205 - 207	май/35	Практическое занятие	Упражнения на изменение образа.	3		3		
208 - 210		Практическое занятие	Работа в парах, тройках, соло.	3		3		
211 - 213	май/36	Практическое занятие	Этюды на развитие творческих способностей.	3		3		
			<b>5.5. Итоговое занятие.</b>	<b>3</b>		<b>3</b>		
214 - 215		Практическое занятие	Контрольные занятия.	2		2		
216		Творческое занятие	Отчетный концерт.	1		1		
			<b>Итого:</b>	<b>21 6</b>	<b>11</b>	<b>20 5</b>		

**Календарный учебный график  
(пятый год обучения)**

Количество часов в неделю - 6.

Количество часов в год - 216.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа

№	Месяц/ неделя	Форма занятия	Тема	Кол-во часов			Место	Форма контроля
				Всего	теория	практ		
			<b>Классический танец.</b>	<b>40</b>	<b>1</b>	<b>39</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
			<b>1.1. Экзерсис у станка</b>	<b>25</b>	<b>1</b>	<b>24</b>		
1-2	сент/1	Собеседование вводное занятие	Повторение материала предыдущего года обучения.	2	1	1		
3		Практическое занятие	Упражнения с поворотами.	1		1		
4		Практическое занятие	Закрытые прыжки.	1		1		
5-6		Практическое занятие	Растяжки.	2		2		
7-8	сент/2	Практическое занятие	Demi plie и Grand plie по 2,5 позициям.	2		2		

9		Практическое занятие	Battement tendu jete.	1		1		
10-11		Практическое занятие	Простые вращения на месте, с продвижением по диагонали.	2		2		
12		Практическое занятие	Упражнения с полупальцами.	1		1		
13	сен/3	Практическое занятие	Battement soutenu.	1		1		
14		Практическое занятие	Grand Battement.	1		1		
15-16		Практическое занятие	Battmentrelevelent. На 90 и выше градусов из 5 позиции.	2		2		
17		Практическое занятие	Четвертая форма Port de bras	1		1		
18		Практическое занятие	Battment froppre.	1		1		
19	сен/4	Практическое занятие	Прыжки: Pas echarpe.	1		1		
20		Практическое занятие	Battment foundu из пятой позиции.	1		1		
21-23		Практическое занятие	Упражнения с полупальцами; уровень 90 градусов.	3		3		
24-25		Практическое занятие	Ускорение темпа, более сложные сочетания элементов.	2		2		
			<b>1.2. Экзерсис на середине зала.</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>		

26-28	окт/5	Практическое занятие	Повторение и закрепление пройденного материала.	3		3		
29-30		Практическое занятие	Упражнения на середине.	2		2		
31-32	окт/6	Практическое занятие	Арабески на 45 и 90 градусов.	2		2		
33		Практическое занятие	Прыжки.	1		1		
34-35		Практическое занятие	Вращения на середине.	2		2		
36-37	окт./7	Практическое занятие	Растяжка.	2		2		
38-39		Практическое занятие	Экзерсис на полу.	2		2		
40		Практическое занятие	Батманы.	1		1		
			<b>Танец модерн.</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуальн
			<b>2.1 Упражнения на технику модерн.</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
41-42		Комбинированное занятие	Работа корпуса, специальные упражнения.	2	1	1		
43	окт/8	Практическое занятие	Упражнения на дыхание.	1		1		

44-45		Практическое занятие	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике.	2		2	ого развития, эксперимент
46-47		Практическое занятие	Шаги на координацию – «титл», «триплет».	2		2	
48		Практическое занятие	Движение по диагонали.	1		1	
49-50	6/ноя	Практическое занятие	Упражнения комбинированные: контракция – релаксация.	2		2	
51-54		Комбинированное занятие	Упражнения на технику, включая понятия «центрирование», «контракция», «релакс», « релис».	4	1	3	
55-56	10/ноя	Практическое занятие	Проработка всех понятий «модерн».	2		2	
57-60		Практическое занятие	Усложненные танцевальные «дорожки» в продвижении, во вращении и продвижении, в прыжке продвижения, в прыжке – повороте – продвижении.	4		4	
			<b>2.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>20</b>		<b>20</b>	

61-64	ноя/11	Практическое занятие	Развитие движения: ввод полупальцев, полуповоротов, смена ракурсов.	4		4		
65-67	ноя/12	Творческое занятие	Танцевальные комбинации.	3		3		
68-70		Творческое занятие	Этюд (64 такта).	3		3		
71-75	дек/12-13	Творческое занятие	Экспериментальная работа.	5		5		
76-80	дек/13-14	Творческое занятие	Составление комбинаций и исполнение их на основе приобретенных умений.	5		5		
			<b>Джазовый танец.</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
			<b>3.1. Упражнения на технику «джаз – танец».</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>		
81-82	дек/14	Практическое занятие	Упражнения на развитие техники.	2	1	1		
83-84		Практическое занятие	Упражнения на полу.	2		2		
85-86	дек/15	Практическое занятие	Упражнения на технику «джазовый танец».	2		2		
87-88		Практическое занятие	Упражнения на середине зала.	2		2		

89		Практическое занятие	Развитие координации, пластичности, эластичности мышц.	1		1		
90	дек/16	Практическое занятие	Упражнения на координацию.	1		1		
91-92		Практическое занятие	Техника прыжков и вращений.	2		2		
93		Практическое занятие	Повтор и закрепление достигнутого	1		1		
94-98	дек-ян/17	Комбинированное занятие	Использование сценического пространства.	5	1	4		
99	янв/17	Практическое занятие	Ускорение темпа, смещение ритма.	1		1		
100		Практическое занятие	Повторение пройденного.	1		1		
			<b>3.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>20</b>		<b>20</b>		
101-104	янв/18	Практическое занятие	Танцевальные движения в различных сочетаниях.	4		4		
105-106		Практическое занятие	Комбинации в парах.	2		2		
107		Творческое занятие	Этюд – основа законченной хореографической композиции.	1		1		
108-111	янв/19	Творческое занятие	Экспериментальная работа.	4		4		

112 - 116	ян-фев/19-20	Творческое занятие	Отклик на современное состояние танцевальной культуры, модные и стильные направления.	5		5		
117 - 120		Творческое занятие	Этюд – итог.	4		4		
			<b>Народный танец.</b>	<b>40</b>	<b>1</b>	<b>39</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
			<b>4.1. Движения народного танца.</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>19</b>		
121 - 126	фев/ 21-22	Комбинированное занятие	Экзерсис у станка.	6	1	5		
127 - 128		Практическое занятие	Вращения.	2		2		
129 - 131	фев/ 22	Практическое занятие	Раскрывание ноги на 90 градусов.	3		3		
132	фев/23	Практическое занятие	Движения на прыжковой подмене опорной ноги.	1		1		
133 - 134		Практическое занятие	Прыжковые движения, дробные движения.	2		2		
135 - 137		Практическое занятие	Хлопки и хлопушки.	3		3		
138 - 139	март/ 24	Практическое занятие	Экзерсис на середине.	2		2		

140		Практическое занятие	Зигзаги (змейка).	1		1		
			<b>4.2. Танцевальные комбинации, этюды.</b>	<b>20</b>		<b>20</b>		
141 - 142		Практическое занятие	Каблучные движения.	2		2		
143		Практическое занятие	Движения с ненапряженной стопой.	1		1		
144	март/ 25	Практическое занятие	Рисунок танца.	1		1		
145 - 146		Практическое занятие	Особенности элементов национального танца, характере движений.	2		2		
147 150		Практическое занятие	Танцы народов мира.	4		4		
151 155	март/ 26	Практическое занятие	Многообразие народных костюмов.	5		5		
156 - 160	март/ 27	Практическое занятие	Танцевальные этюды и комбинации.	5		5		
			<b>Творческая работа.</b>	<b>50</b>	<b>4</b>	<b>46</b>	Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио
			<b>5.1. Репетиционная работа, работа над постановочной техникой исполнения.</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>		

161 - 165	март/28	Комбинированное занятие	Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем.	5	1	4	учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
166 - 172	апр/28-29	Творческое занятие	Выступления.	7		7	
173 - 176	апр/30	Комбинированное занятие	Поддержание репертуара танцевального коллектива.	4	1	3	
177 - 185	апр/ 30-31	Комбинированное занятие	Постановка концертных номеров.	9	1	8	
186 - 198	апр-май/ 32-34	Комбинированное занятие	Отработка концертных номеров.	13	1	12	
199 - 200	май/ 34	Творческое занятие	Репетиция отчётного концерта.	2		2	
			<b>5.2. Индивидуальная работа с исполнителем.</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	
201 - 206	май/ 34-35	Творческое занятие	Отработка сольных партий.	6		6	
207 - 210	май/35	Творческое занятие	Сольные номера. Поиск индивидуального воплощения образности.	4		4	

			<b>Организационная работа</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		
211	май/36	Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Организационное занятие.	1	1		Зал ритмики	Наблюдение, участие в конкурсах и концертах, отзывы родителей и детей, открытые занятия, портфолио учащихся, диагностика индивидуального развития, эксперимент
212		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Итоги года.	1	1			
213		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Техника безопасности.	1	1			
214		Групповая, фронтальная форма. Собеседование	Здоровый образ жизни.	1	1			
215		Творческое занятие	Итоговое занятие.	1		1		
216		Творческое занятие	Отчётный концерт.	1		1		
			<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>		

## **Аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» предназначена для дополнительного образования детей в условиях общеобразовательной школы.

Данная программа ставит своей целью обеспечить оптимальный вариант хореографической подготовки детей 7-16 лет. Программа содержит задачи комплексного развития, социализации и индивидуализации ребенка, основана на опыте преподавания классического, народного и современного танца, психологии и творчества, а также учитывает анатомо-физиологические аспекты отбора для занятий хореографией.

Программа ориентирована на эстетическое воспитание учащихся средствами танца, воспитание творческой, всесторонне-развитой личности. Программа доступна для детей разного уровня способностей.

Форма занятий – групповая, очная.

## Тезаурус

**Темп** – выполнение движений в различных темпах (подскоки, галоп, разные виды бега). Вырабатывается не только умение сохранять заданный темп, но и ускорять и замедлять его вместе с музыкой, а также сохранять заданный темп после временного прекращения музыки.

**Динамические оттенки** – выполнение движений с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения.

**Метроритм** – дети учатся воспринимать сильную и слабую доли на слух, отмечая в движениях сильную долю хлопком, взмахом платка, притопом, а также на слух определять музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, осознанно выполняя движения в этих размерах.

**Строение музыкальной речи** – дети учатся чётко определять (не только на слух, но и вместе с движениями) вступление, окончание вступления, начало и окончание части, периода, предложения, фразы, акцентировать конец музыкально-танцевальной фразы (притопом, хлопком, прыжком, соскоком на обе ноги).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141514900147118237364352380878080503098084945419

Владелец Каюмова Анна Александровна

Действителен с 24.09.2024 по 24.09.2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830118

Владелец Каюмова Анна Александровна

Действителен с 07.11.2025 по 07.11.2026