

Министерство Образования Московской области
Комитет образования Администрации городского округа Королёв
Московской области
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр Гармония»

Рекомендовано
Педагогическим советом МАУ ДО
«Центр Гармония»
Протокол № 6 от 26.08.2020 г.

Утверждено
Директор МАУ ДО
«Центр Гармония»
Е.В.Ковтун
Приказ №62 от 26.08.2020



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа для детей
«Ритм»**

Направленность: художественная

Уровень программы: стартовый

Возраст детей: 5-11 лет.

Срок реализации: 1 год

**Автор –составитель программы:
Педагог дополнительного
Образования: Морозова М.В.**

Королев, 2020

І. Пояснительная записка

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. Создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. Воспитание детей на высоких образцах классического, народного и бального танцев развивает у них высокий художественный вкус и иммунитет против примитивного, пошлого, вульгарного. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Программа

Актуальность программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно- эстетического развития детей, материально-технические условия для реализации которых в полном объёме имеются на базе учреждения дополнительного образования. Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у воспитанников танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Хореографическое искусство имеет большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие; также танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией пробуждают интерес детей к новой деятельности, прививают трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Также обучение по программе подразумевает развитие чувства ритма, умение

слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Новизна рабочей программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, а также занятий по актерскому мастерству и акробатике, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

На основании Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» разработана дополнительная общеобразовательная программа «Ритм».

Программа «Ритм» имеет художественную направленность, уровень программы – стартовый (144 часа). Программа рассчитана на 1 год.

Предполагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

Приоритетными направлениями в данной образовательной программе являются: последовательное изучение основ классического танца и эстрадного танца. И если в классическом танце существует определенная последовательность экзерсисов, созданная А. Я. Вагановой, и присутствует академизм, то в уроке по эстрадному танцу такой определенной последовательности движений нет. Здесь преимущественно ценится, прежде всего, индивидуальность педагога, неповторимость. И каждый педагог вправе, основываясь на базовых понятиях, искать свой путь, свою технику, лексику, педагогические приемы и методы.

Рабочая программа рассчитана на детей с 7 до 11 лет и составлена в соответствии с нормами, установленными следующей законодательной базой:

- Конституцией Российской Федерации;

- Конвенцией о правах ребенка;
- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.10.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации»;
- Приказом Департамента образования города Москвы № 922 от 17.12.2014 г. «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году» (в редакции от 07.08.2015 г. № 1308, от 08.09.2015 г. № 2074, от 30.08.2016 г. № 1035, от 31.01.2017 г. № 30).

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования танцевальной культуры, посредством изучения различных направлений в хореографии, а также:

-развитие физического потенциала учащихся для выполнения танцевальных композиций в различных жанрах хореографии.

-формирование условий для разностороннего развития индивидуальных особенностей личности обучающихся посредством изучения различных направлений в хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы (классический танец, эстрадный танец)
- обучить технике выполнения классического и современного экзерсиса
- обучить практическому применению теоретических знаний.

Развивающие:

- способствовать развитию умственной и физической работоспособности
- сформировать приемы сценической выразительности и актёрского мастерства

- способствовать развитию интереса к миру танца.

Воспитательные:

- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства
- сформировать танцевальную культуру подрастающего поколения; социально ориентировать учащихся, помочь их становлению в обществе; эстетическое воспитание посредством хореографии; формирование творческой личности
- воспитать гражданскую позицию и чувство патриотизма;
- воспитать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу

Прогнозируемый результат:

Образовательный:

Обучающиеся:

- выполняют задания по инструкции педагога;
- знают правильную постановку корпуса, позиции рук и ног, головы в классическом танце;
- правильно выполняют элементы партерной гимнастики;
- обучены выполнению простых акробатических упражнений;
- обучены простым прыжковым комбинациям;
- умеют согласовывать движения с музыкой;
- обучены пользоваться простейшей танцевальной терминологией на занятиях.

Развивающий:

Обучающиеся:

- умеют ориентирования в пространстве (знание точек класса);
- проявляют интерес к творчеству через изучение танцевальных этюдов;

-развиты навыки самостоятельной и творческой деятельности развивать умения

координировать движения рук, ног, корпуса и головы.

Воспитательный:

-обучающиеся проявляют общительность, умение входить в контакт с педагогом и детьми;

- обучающиеся показывают ответственность и добросовестное отношение к начатому делу;

- привлечены родители к участию в работе творческого объединения.

Рабочая программа «Ритм» работает в двух направлениях:

Классический танец – вырабатывает академизм упражнений веками выверенной методикой подготовки танцовщика. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение.

Эстрадный танец. В этом стиле можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента обучающихся, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получить дети в процессе обучения (методика исполнения и выразительности языка танца, теория о происхождении классического балета, современных направлений хореографии, знание французской и английской терминологии, знание танцевального этикета, великие имена в истории становления хореографического искусства)

Теоретико-методологической основой разработки программы являются основы педагогической практики таких авторов как:

- Т. Барышниковой (азбука хореографии)
- А.Я. Вагановой (основы классического танца)
- Марта Грэхэм, Д. Хамфри. (техника преподавания современных направлений хореографии)

Программа составлена с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся и направлена на реализацию задач внеурочной деятель-

ности в рамках введения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Данная рабочая программа способствует освоению обучающимися универсальных учебных действий, что создает возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей не только в рамках данного направления деятельности.

Данная рабочая программа позволяет развивать обучающихся в следующих **универсальных учебных действиях**:

Личностных - система ценностных ориентаций обучающегося, отражающих личностные смыслы, мотивы, отношения к различным сферам окружающего мира.

Личностные универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет ребенку выполнять разные социальные роли («гражданин», «школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник», «пешеход» и др.).

Регулятивных - отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка). То есть учащиеся должны знать для чего и ради чего они посещают данные занятия, выполняют то или иное упражнение.

Познавательных - система способов познания окружающего мира, построения самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации

В процессе развития учебно-познавательных компетенций, обучающие смогут овладеть:

- элементами классического экзерсиса
 - элементами партерной гимнастики
 - элементами акробатики
 - основами актерского мастерства
- а также техникой исполнения:
- эстрадного танца

- классического танца
- современных направлений хореографии

Коммуникативных – способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме. Формирование коммуникативных компетенций обучающихся направлено на развитие:

- навыков работы в группе, коллективе;
- навыков овладения различными социальными ролями;
- навыков активной позиции в коллективе.

Таким образом, развитие личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий позволяет в целом повысить результативность образовательно – воспитательного процесса как в основной школе так и в дополнительном образовании.

1.2. Особенности возрастной группы

Дети объединяются в группы с учётом возраста, психологических особенностей и их физических данных. Программа рассчитана на детей от 5 до 11 лет- старший дошкольный и младший школьный возраст.

Старший дошкольный и младший школьный возраст называют вершиной детства. Ребенок сохраняет много детских качеств — легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу-вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления. Учение для него — значимая деятельность. В системе образования он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни.

Набор детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих). Отбор в группу стартового уровня по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого ребенка проявить себя в хореографии.

Состав группы обучающихся постоянный. Смена части коллектива происходит по причине болезни, перемены места жительства или изменения интереса детей.

Количество детей в группе объединения «Ритм» стартовый уровень

Группа	Стартовый уровень (5-11 лет)
Количество обучающихся	15

Режим занятий

Группа обучения	Стартовый уровень
Часов в неделю	2
Продолжительность	45 мин
Часов в год	72

Форма организации образовательного процесса:

- практическое занятие;
- комбинированное занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Занятия должны проводиться в помещении, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Зал для занятий должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие:

- раздевалки;
- аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для проведения занятий необходимо следующее материально-техническое оснащение: коврики для занятий партером, магнитофон, музыкальные записи. Используемый музыкальный материал подбирается с учетом возрастных особенностей детей.

1.3 Структура занятия.

Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.
2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.
3. Заключительная часть занятия длится от 5 до 10% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, эмоциональная релаксация. В конце занятия подводится итог.

Продолжительность одного занятия - 45 минут, между занятиями 15-минутные перерывы. С целью охраны здоровья детей проводятся валеологические паузы в форме релаксаций, упражнений на расслабление мышц, упражнения на восстановление дыхания.

1.4 Система отслеживания результативности образовательного процесса

В соответствии с целями и задачами программой предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований обучающихся. В качестве критериев диагностики в программе применена классификация образовательных компетенций по А.В. Хуторскому, которая утверждена методическим советом и разработана с учетом данного направления деятельности. Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

В таблицах мониторинга воспитанности и уровня обучения и личностного развития фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им образовательной программы.

Оценка результатов выставляется по трехбалловой шкале: 3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования балльной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров (табл.1 -5).

Проведенная диагностика позволяет увидеть и проанализировать динамику уровня воспитанности, обучения и личностного развития детей, занимающихся в творческом объединении, что позволяет в дальнейшем вносить коррективную в образовательную программу.

Таблица 1

Мониторинг уровня обученности и личностного развития обучающихся творческого объединения «Ритм» (по А.В. Хуторскому).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Воз- можное кол-во баллов	Методы диагно- стики
I. <u>Теоретическая подготовка воспитанника:</u> 1.1 Теоретические знания (по основным разделам учебно-	Соответствия теоретических знаний ребенка программным требованиям	-минимальный уровень (ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой);	1	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос
		- средний уровень (объем усвоенных знаний со-	2	

тематического плана програм- мы)		ставляет более 1/2); -максимальный уровень (ребенок усвоил практи- чески весь объем знаний, предусмотренных про- граммой за конкретный период);	3	
1.2 Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	-минимальный уровень (ребенок, как правило избегает употреблять специальные термины); - средний уровень (ребе- нок сочетает специаль- ную терминологию с бы- товой); -максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).	1 2 3	
II. Практическая подготовка ре- бенка: 2.1. Практиче- ские умения и навыки, преду- смотренные про- граммой (по ос- новным разде- лам учебно – тематического плана програм- мы)	Соответствие практических умений и навы- ков программ- ным требовани- ям	- минимальный уровень(ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков); - средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет бо- лее 1/2); -Максимальный уровень(ребенок овладел практи- чески всеми умениями и навыками, предусмот- ренными программой за конкретный период.)	1 2 3	Контроль- ное зада- ние
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие за- труднений в ис- пользовании специального оборудования и оснащения	-Минимальный уровень умений (ребенок испы- тывает серьезные затруд- нения при работе с обо- рудованием); - Средний уро- вень(работает с оборудо- ванием с помощью педа- гога); -Максимальный уро- вень(работает с оборудо- ванием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);	1 2 3	Контроль- ное зада- ние
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении	-Начальный (элементар- ный) уровень развития	1	Контроль- ное зада-

	практических заданий	креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога); -Репродуктивный уровень (Выполняет в основном задания на основе образца); -Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	2 3	ние
III. Обще учебные умения и навыки ребенка: 3.1. Учебно – интеллектуальные умения:	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	-Минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); -Средний уровень (работает с литературой с помощью педагога и родителей); - Максимальный уровень (Работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	1 2 3	Анализ

Таблица 2

Мониторинг воспитанности обучающихся в творческом объединении

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное к-во баллов	Методы диагностики
1. Профессиональная воспитанность 1.1. Этика и эстетика выполнения работы и представления ее результатов.	Завершение работы, использование необходимых дополнений	<u>Минимальный уровень</u> (в редких случаях доводит выполнение работы до конца); <u>Средний уровень</u> (полностью завершает каждую работу, не использует необходимые дополнения); <u>Максимальный уровень</u> (полностью завершает каждую работу, использует необходимые дополнения)	1 2 3	Наблюдение
1.2. Культура организации своей деятельности	Аккуратность в выполнении практической работы, терпение и работоспособность	<u>Минимальный уровень</u> (ребенок проявляет низкий уровень работоспособности работы небрежные); <u>Средний уровень</u> (ребенок старается быть аккуратным при выполнении работ, проявляет терпение и работоспособность); <u>Максимальный уровень</u> (ребенок аккуратен в выполнении практической работы, терпелив и работоспособен).	1 2 3	Наблюдение
1.3. Уважительное отношение к профессиональной деятельности других.	Объективность при высказывании критических замечаний в адрес чужой работы	<u>Минимальный уровень</u> (ребенок не объективен при оценивании работы сверстников); <u>Средний уровень</u> (ребенок старается быть объективным при оценивании работы сверстников, подчеркивает положительные моменты); <u>Максимальный уровень</u> (при высказывании критических замечаний в адрес работы сверстников проявляет объек-	1 2 3	Наблюдение

1.4. Адекватность восприятия профессиональной оценки своей деятельности и ее результатов	Стремление исправить указанные ошибки, умение прислушиваться к советам педагога	тивность, подчеркивает положительные моменты) <u>Минимальный уровень</u> (не прислушивается к советам педагога, в редких случаях исправляет ошибки); <u>Средний уровень</u> (стремится исправить указанные ошибки прислушивается к советам педагога); <u>Высокий уровень</u> (всегда исправляет ошибки, прислушивается к советам педагога).	1 2 3	Наблюдение
2. Практическая подготовка ребенка: 2.1. Коллективная ответственность	Аккуратность выполнения части коллективной работы	<u>Минимальный уровень</u> (не аккуратен при выполнении работы); <u>Средний уровень</u> (ребенок старается быть аккуратным при выполнении работы); <u>Максимальный уровень</u> (ребенок всегда аккуратен при выполнении коллективной работы)	1 2 3	Наблюдение
2.2. Умение взаимодействовать с другими членами коллектива	Участие в выполнении коллективных работ, умение входить в контакт с другими детьми, конфликтность	<u>Минимальный уровень</u> (не принимает участие в коллективных работах, с трудом находит контакт с другими детьми, конфликтен); <u>Средний уровень</u> (принимает участие в коллективных работах, находит контакт с другими детьми, не конфликтен) <u>Максимальный уровень</u> (принимает активное участие в коллективных работах, всегда находит контакт с другими детьми, не конфликтен)	1 2 3	Наблюдение
2.3. Стремление к самореализации	Стремление к саморазвитию,	<u>Минимальный уровень</u> (не стремится к получе-	1	Наблюдение

социально адекватными способами	получению новых знаний, умений и навыков, желание показывать другим результаты своей работы	нию новых знаний, умений, навыков); <u>Средний уровень</u> (стремится к саморазвитию, получению новых знаний, умений и навыков, не желает показывать свои работы) <u>Высокий уровень</u> (стремится к саморазвитию, получению новых знаний, умений и навыков, проявляет желание показывать другим результаты своей работы)	2 3	
2.4. Соблюдение нравственно-этических норм	Выполняет правила поведения на занятиях	<u>Минимальный уровень</u> (нарушает правила поведения на занятиях); <u>Средний уровень</u> (старается соблюдать правила поведения на занятиях). <u>Максимальный уровень</u> (соблюдает правила поведения на занятиях).	1 2 3	Наблюдение

Таблица 3

Диагностика воспитанности обучающихся творческого объединения «Ритм»

№	Диагностические параметры	Профессиональная воспитанность							Социальная воспитанность							Оценка	
		Этика и эстетика выполнения работы и представление ее результатов	Культура организации своей деятельности	Уважительное отношение к профессиональной деятельности других	Адекватность восприятия профессиональной оценки своей деятельности и ее результатов					Коллективная ответственность	Умение взаимодействовать с другими членами коллектива	Стремление к самореализации социально адекватными способами	Соблюдение нравственно-этических норм	Толерантность	Начало года		
		Старается полностью завершить каждую работу, использовать необходимое дополнение	Аккуратен в выполнении практической работы	Терпелив и работоспособен	При высказывании критических замечаний в адрес чужой работы старается быть объективным	Подчеркивает положительное в чужой работе	Стремится исправить указанные ошибки	Прислушивается к советам педагогов	Старается аккуратно выполнять свою часть коллективной работы	Участствует в выполнении коллективных работ	Не мешает другим детям на занятиях	Не конфликтен	Стремится к саморазвитию, получению новых ЗУНов	С желанием показывает другим результаты своей работы	Выполняет правила поведения на занятиях кружка	Доброжелателен	Средний бал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1																	
Сводная данных по группе																	

Таблица 4

Диагностика уровня развития ключевых компетенций обучающихся творческого объединения «Ритм»

	Компетенции	Учебно-познавательная						Общекультурная	Коммуникативная		Личностного совершенствования		Итого
		Гибкость	Ритмичность	Техничность	Выворотность ног	Высота танцевального шага	Постановка корпуса		Приобретение разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания	Владение умениями совместной деятельности с другими участниками умение вступать в ре-чевое общение, участвовать в диалоге	Соблюдение норм поведения в окружающей среде	Соблюдение правил здорового образа жизни	
1	Диагностические параметры Фамилия Имя												
Сводная данных по группе													Средний балл

Таблица 5

Диагностика результатов обучения и личностного развития обучающихся творческого объединения «Ритм»

	Раздел программы Фамилия Имя	Классический танец	Танец джаз- модерн	Партерная гимнастика	Актерское мастерство	Постановочная работа	ак- ро- ба- тика	итого
1								
Сводная данных по группе								сред- ний бал

Результатом освоения программы является положительная динамика: уровень воспитанности обучающихся 80 – 95% (), уровень результатов обученности и личностного развития 87 – 97 % (2008 – 2011г.), уровень развития ключевых компетенций 87 – 96 %

Учебно-тематический план

Стартовый уровень

Возрастная группа 5-11 лет

№ п/п	Наименование раздела и темы	Количество часов			
		тео- рия	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	
2.	<u>Основы классического танца</u>	1	11	12	
2.1	Поклон				
2.2	Постановка корпуса				
2.3	Позиции рук, ног, положение головы				
2.4	I пор де бра				
2.5	Demi plié				
2.6	Releve				
2.7	Battement tendue из 1 позиции				
2.8	Battement tendue jete из 1 позиции				
2.9	Прыжки cote				
2.10	Классический экзерсис лицом к станку				
3.	<u>Основы эстрадного танца</u>	1	10	11	
3.1	Варианты шагов в разном стилевом исполнении				
3.2	Варианты прыжков в разном стилевом исполнении				
3.3	Пластика движения рук, корпуса				
4.	<u>Партерная гимнастика</u>	1	9	10	
5.	<u>Акробатика</u>	1.5	5,5	7	
5.1	Подготовительные упражнения на развитие силы для безопасного выполнения акробатических элементов				
5.2	Березка				
5.3	Кувырки				
5.4	Колесо				
5.5	Мост стоя				
6.	<u>Играя, танцуем</u>	1	4	5	
6.1	Игры на развитие актерских способностей				
6.2	Упражнения для сплочения коллектива				
6.3	Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощённости				
6.4	Музыкально-подвижные игры по ритмике				
7.	<u>Строевые упражнения</u>	1	2	3	
7.1	Виды перестроений: круг, колонна, линия				
7.2	Способы перестроений				
8.	<u>Постановочная деятельность</u>	1	7	8	
8.1	Разучивание танцевальных связок				
8.2	Построение рисунков				
8.3	Работа над танцевальными образами				
8.4	Работа над манерой исполнения постановки				

9.	<u>Репетиционная деятельность</u>		10	10	
10.	<u>Закрепление пройденного материала</u>	0,5	3,5	4	
Всего часов		8	64	72	

1.6 Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с коллективом, структурой занятия. Введение в программу. Беседа по технике безопасности.

Практика: Разучивание разминки, разогрева, заминки.

2. Основы классического танца.

Теория: Общие сведения об искусстве классического танца, его специфика и особенности. Позиции рук, ног классического танца. Правила постановки корпуса. Танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений. Техника исполнения.

Практика: постепенное разучивание элементов классического танца (поклон, постановка корпуса, позиции рук, ног, головы, I пор де бра, Demi plié, Releve, Battement tendue из 1 позиции,

Battement tendue jete из 1 позиции. прыжки cote). Классический экзерсис лицом к станку.

3. Основы эстрадного танца.

Теория: понятия эстрадного танца: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно, характер танца.

Практика: Варианты шагов в разном стилевом исполнении. Варианты прыжков в разном стилевом исполнении. Пластика движения рук, корпуса. Этюды в разном стилевом исполнении

4. Партерная гимнастика.

Теория: правила выполнения различных гимнастических элементов, безопасность выполнения элементов.

Практика:

1. Упражнение «Утюжки» – лежа на спине, руки вдоль тела, ноги в шестой позиции. Работа стоп к себе и от себя.
2. Утюжки с разворотом – Стопы работают из шестой позиции в первую, т.е. круговые движения.
3. Лягушка - лежа на спине, согнуть колени и соединить стопы.
4. Циркуль - лежа на спине, развести обе ноги в стороны, затем вернуть в исходное положение.
5. Наклоны к ногам – сидя, ноги раскрыты в стороны, стопы натянуты. Поочередные наклоны к одной и другой ноге
6. Складочка. – сидя ноги вытянуты вперед. Наклоны к ногам. Корпус прижимается к ногам, колени не отрываются от пола.
7. Махи ногами. – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Махи на 90 градусов поочередно каждой ногой.
8. Поднятие ноги с опусканием в сторону – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Поднять ногу на 90 градусов, опустить ее в сторону, опять поднять на 90 градусов, и опустить в исходное положение.
9. Уголок . – лежа на спине, руки в стороны, поднять корпус вверх, ноги отрываются от пола согнутые в коленях на 90 градусов. Затем вернуться в исходное положение.
10. Колечко - Лежа на животе, опираемся на ладони, локти вытянуты руки раскрыты в стороны. Сгибаем ноги в коленях и ногами пытаемся достать до головы
- 11.. Кошечка – стоя на коленях, поднимаем спину вверх затем прогнуться.
12. Лодочка – лежа на животе, руки вперед. Прогиб в спине, покачивание вверх – вниз.
13. Подбив на боку. – Лежа на боку, поднимаем верхнюю ногу на 45 градусов, нижней ногой подбиваем верхнюю ногу.
14. Коробочка – Лежа на животе, поднимаем ноги согнутые в коленях наверх, и захватываем руками щиколотки
15. Шпагат продольный. – С положения упора на колено, вытягиваем ногу вперед
16. Поперечный шпагат – С положения продольного шпагата, разворачиваем ноги в поперечный. (Развивает выворотность и балетный шаг).
17. Упражнение для стоп – седи на коленях, ноги вместе, руки касаются пола. Подымаем колени с пола, перенося тяжесть тела на верхний подъем стопы, и делаем небольшие покачивания.

5. Акробатика

Теория: правила выполнения различных акробатических элементов, безопасность выполнения элементов.

Практика:

1.. Подготовительные упражнения на развитие силы для безопасного выполнения акробатических элементов- планки на руках, предплечьях, упражнение тачка.

2.Березка

3.Кувырки

4.Колесо

4.Мост стоя

5. Акробатическая комбинация

6. Блок «Играя, танцуем»

Теория: беседа о важности «быть актером» в танце, перевоплощение в образ. Создание творческих ситуаций. Актёрское мастерство.

Практика: Игры на развитие актерских способностей. Упражнения для сплочения коллектива.

Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощённости. Музыкально-подвижные игры по ритмике.

7. Строевые упражнения

Теория: общие сведения о видах рисунка в танце.

Практика: Виды перестроений: круг, колонна, линия. Способы перестроений

8. Постановочная деятельность

Теория: разработка и постановка танцевальных сюжетов.

Практика: Постановочная деятельность. Разучивание танцевальных связок. Построение рисунков. Работа над танцевальными образами. Работа над манерой исполнения постановки.

9. Репетиционная деятельность

Практика: отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров.

10.Закрепление пройденного материала

Теория: повторение основ безопасности в танцевальном зале, танцевальная терминология.

Календарный учебный график

№	Месяц	Чи сло	Время про- веде- ния заня- тия	Форма заня- тия	Кол- Во часов	Тема занятия	Место прове- дения	Форма контроля
1	сентябрь			груп- повая	1	Вводное занятие. Инструктаж по Технике Безопасности при проведении занятий, правила поведения в центре и в классе. Правила противопожарной безопасности.	Класс №7,8	
2	сентябрь			груп- повая	1	Вводное занятие. Инструктаж по Технике Безопасности при проведении занятий, правила поведения в центре и в классе. Правила противопожарной безопасности. Основы классического танца. По- клон	Класс №8	
	сентябрь			груп- повая	1	Постановка корпуса в классическом танце	Класс №7,8	
	сентябрь			груп- повая	1	Позиции рук, ног, положение головы. Мероприятие «Безопасная дорога к Центру 15гармония» в рамках месячника безопасности.	Класс №8	
	сентябрь			груп- повая	1	Позиции рук, ног, положение головы	Класс №7,8	
	сентябрь			груп- повая	1	I пор де бра	Класс №8	
	сентябрь			груп- повая	1	I пор де бра	Класс №7,8	
	сентябрь			груп- повая	1	Demi plié, Relive	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Инструктаж по безопасности дорожного движения. Battement tendue из 1 позиции	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Battement tendue из 1 позиции Battement tendue jete из 1 позиции	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Прыжки cote	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Прыжки cote. Классический экзерсис лицом к станку.	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Классический экзерсис лицом к станку.	Класс №8,7	
	октябрь			груп- повая	1	Классический экзерсис лицом к станку.	Класс №8	
3	октябрь			груп- повая	1	Основы эстрадного танца.	Класс №8	
	октябрь			груп- повая	1	Техника безопасности при исполнении танцевальных элементов.	Класс №8	

						Варианты шагов в разном стилевом исполнении		
	октябрь			групповая	1	Инструктаж по технике безопасности во время зимних каникул и во время массовых мероприятий. Варианты прыжков в разном стилевом исполнении	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Инструктаж по безопасности дорожного движения в темное время суток. Варианты прыжков в разном стилевом исполнении	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Варианты прыжков в разном стилевом исполнении	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Пластика движения рук, корпуса	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Пластика движения рук, корпуса	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Этюды в различном стилевом исполнении	Класс №8	
	ноябрь			групповая	1	Этюды в различном стилевом исполнении	Класс №8,7	
	ноябрь			групповая	1	Этюды в различном стилевом исполнении	Класс №8	
3-4	ноябрь			групповая	1	Этюды в различном стилевом исполнении Партерная гимнастика	Класс №8	
4	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика. Инструктаж по безопасности дорожного движения в зимний период	Класс №8,7	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8,7	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8,7	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика. Инструктаж по безопасности во время массовых мероприятий и в каникулярное время.	Класс №8	
	декабрь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
	январь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8,7	
	январь			групповая	1	Партерная гимнастика	Класс №8	
5	январь			групповая	1	Акробатика. Инструктаж по безопасности дорожного движения в зимний период	Класс №8	
	январь			групповая	1	Подготовительные упражнения на	Класс	

				повая		развитие силы для безопасного выполнения акробатических элементов	№8	
	январь			групповая	1	Подготовительные упражнения на развитие силы для безопасного выполнения акробатических элементов	Класс №8,7	
	январь			групповая	1	Акробатика. Березка. Кувьрки	Класс №8	
	январь			групповая	1	Акробатика. Колесо. Мост стоя	Класс №8,7	
	февраль			групповая	1	Акробатическая комбинация	Класс №8	
	февраль			групповая	1	Акробатическая комбинация	Класс №8,7	
	февраль			групповая	1	Акробатическая комбинация	Класс №8	
6	февраль			групповая	1	Играя, танцуем. Теория	Класс №8	
	февраль			групповая	1	Игры на развитие актерских способностей	Класс №8,7	
	февраль			групповая	1	Упражнения для сплочения коллектива	Класс №8,7	
	март			групповая	1	Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощённости. Музыкально-подвижные игры по ритмике.	Класс №8	
	март			групповая	1	Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощённости. Музыкально-подвижные игры по ритмике.	Класс №8	
7	март			групповая	1	Строевые упражнения. Виды перестроений: круг, колонна, линия Способы перестроений.	Класс №8,7	
	март			групповая	1	Строевые упражнения. Виды перестроений: круг, колонна, линия Способы перестроений.	Класс №8	
	март			групповая	1	Строевые упражнения. Виды перестроений: круг, колонна, линия Способы перестроений.	Класс №8	
8	март			групповая	1	Постановочная деятельность. Разучивание танцевальных связок	Класс №8	
	март			групповая	1	Постановочная деятельность. Разучивание танцевальных связок	Класс №8,7	
	март			групповая	1	Постановочная деятельность. Разучивание танцевальных связок	Класс №8	
	март			групповая	1	Постановочная деятельность. Разучивание танцевальных связок.	Класс №8	
	март			групповая	1	Разучивание танцевальных связок.	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Разучивание танцевальных связок.	Класс №8,7	

	апрель			групповая	1	Построение рисунков	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Работа над танцевальными образами	Класс №8	
9	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8,7	
	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	апрель			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	май			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	май			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	
	май			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8,7	
	май			групповая	1	Отработка и репетиция поставленных танцевальных номеров	Класс №8	Отчетный концерт
10	май			групповая	1	Закрепление пройденного материала	Класс №8	
	май			групповая	1	Закрепление пройденного материала	Класс №8,7	
	май			групповая	1	Закрепление пройденного материала	Класс №8	
	май			групповая	1	Закрепление пройденного материала	Класс №8	

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- индивидуальная;
- по подгруппам;
- групповая;
- фронтальная.

Методы контроля и самоанализа

Методы контроля и самоанализа позволяют оценивать, анализировать и контролировать как собственную деятельность, так и своих товарищей. Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания
- контрольные вопросы
- самооценка
- участие в выступлениях и конкурсах
- урок самооценок (взаимооценок)

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия по следующим формам:

- участие в открытых занятиях
- вопросник по программе
- контрольное упражнение
- концерт
- беседа
- соревнование
- участие в мероприятиях
- участие в родительских собраниях
- участие в конкурсах и фестивалях.

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия.

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы Центром обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;

- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальный центр;
- коврики;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

- аудио материалы с фонограммами;
- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.
- Видеография школ и техники Марты Грэхэм, Хортон
- альбом с фотографиями выступлений творческого объединения;

Финансовое обеспечение программы

Финансирование программы дополнительного образования осуществляется за счет средств заложенных в смете учреждения.

Обеспечение безопасности жизни и здоровья обучающихся

Общие правила техники безопасности:

1. В творческое объединение (ТО) допускаются обучающиеся ознакомившиеся и выполняющие требования техники безопасности;
2. Обо всех неисправностях, поломках, утечках необходимо сообщать руководителю ТО и не приступать к занятиям до устранения их нарушений.
3. До и после занятий необходимо проветривать помещение.
4. Бережно относиться к имуществу Центра.

5. В Центре находиться в сменной обуви, без головного убора.

Техника безопасности во время работы:

1. Содержать рабочее место в чистоте, не допускать загромождения рабочего места, входов-выходов посторонними предметами, которые в данное время не используются в работе, играх.
2. Без разрешения педагога не включать теле-, видео- аппаратуру.
3. Использовать электророзетки только по назначению.
4. О неисправности аппаратуры сообщать педагогу.
5. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.
6. Разрешается пить только кипяченую воду.

Требования безопасности при аварийных ситуациях:

1. При прекращении подачи электроэнергии сообщить педагогу, который должен отключить электрооборудование из сети (розетки), покинуть помещение.

Список используемой литературы

Литература, используемая педагогом

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
2. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
3. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
4. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
5. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 1987
6. Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
9. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
10. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
11. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
12. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
13. Ритмика и танец. – М., 1972
14. Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
15. Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984
16. Танцы для детей. – М., 1982
17. Танцы – начальный курс. – М., 2001
18. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
19. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.
20. Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет - журнал "Эйдос".
21. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
22. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Литература, рекомендуемая для детей и родителей

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Танцы для детей. – М., 1982
9. Танцы – начальный курс. – М., 2001
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
12. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
13. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Терминологический словарь

Адаптация – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или корректровке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.

Анкетирование – метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.

Апломб – устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.

Арабеск – основная поза классического танца.

Беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.

Внеклассная воспитательная работа – организация педагогом разных видов деятельности воспитанников во внеурочное время.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

Группа – относительно стабильная совокупность людей, связанных общими отношениями, деятельностью, ее мотивацией и нормами.

Дем и гранд плие – маленькие и большие приседания.

Деятельность – форма психической активности.

Жест, язык жестов – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.

Завязка – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.

Инициатива – внутреннее побуждение к самостоятельным, активным новым формам деятельности.

Классический экзерсис – комплект упражнений и движение, который исполняется сначала у станка, затем на середине зала.

Классический танец – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.

Композиция – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.

Компетентность – уровень образованности личности.

Координация – соответствие и согласие всего тела.

Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.

Кульминация – постепенное нагнетание действия.

Личностный подход – последовательное отношение педагога к воспитаннику, как к личности.

Мотивация – совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности; осознаваемые причины, которые обуславливают выбор действий и поступков.

Музыкально-подвижные игры – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.

Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

Натянутый подъем – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.

Образовательный мониторинг – форма организации сбора, хранения, обработки и распространения информации о деятельности педагогической системы, обеспечивающая непрерывное отслеживание ее состояния и прогнозирование ее развития.

Практика – материальная, целеполагающая деятельность человека.

Подбор репертуара – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.

Подъем сокращенный – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.

Поза – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.

Познавательная деятельность – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая ис-

пользуется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

Позиции ног – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.

Позиции рук – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Постановка тела – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.

Педагогическая диагностика – система специфической деятельности педагогов, призванная выявить определенные свойства личности для оценки (измерения) результатов обучения и воспитания.

Релеве – поднимание на пальцах.

Рисунок танца – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.

Ритмика – выразительное движение тесно связанное с музыкой.

Роль – образ, воплощенный в сценической версии.

Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.

Рефлексия – внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.

Самостоятельная работа – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.

Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющийся опорой тела человека и регулятор функции равновесия.

Сюжет – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.

Танцевальный шаг – амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.

Тестирование – метод получения информации, основанный на выполнении пробных заданий, прохождении испытаний.

Толерантность – терпимость и принятие иных верований, национальных обычаев и традиций.

Ценность – принятое в философии, этике, социологии понимание, с помощью которого характеризуется социально-историческое значение чего-либо для общества и личности, имеющего личностный смысл для индивидов определенных явлений действительности.

Школа танца – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.

Умение – освоенный способ выполнения действия.

Эмоциональный настрой – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.