

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Манчажская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом,

протокол № 17 от 04.06.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ «Манчажская СОШ»
Н.И Кузнецова
Приказ № 354-ОД от 24.08.2026 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ТАНЦ-СТАРТ: гибкость, ритм, образ»**

художественной направленности

Возраст детей с 7 до 11 лет

срок реализации 1 год

Составитель Катырева Г.Р.
педагог дополнительного обучения

Манчаж 2026г.

Пояснительная записка

Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеразвивающих программ:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо КотПО Ленинградской области от 1 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности»

Направленность (профиль) программы: художественная.

Общеразвивающая программа дополнительного образования детей «ТАНЦ-СТАРТ: гибкость, ритм, образ» предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей 7-11 лет в мир хореографии, с помощью различных методов и технологий познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями. Программа направлена на творческое, физическое и эмоциональное развитие ребенка, на возможность проявлять себя посредством пластики, ритмики и музыкальности.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Хореографическое воспитание имеет важное значение – как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания. Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела, из чего формируется техника танцев.

Практическая часть программы направлена на формирование и развитие у воспитанников:

- физических данных, таких как подвижность, гибкость, выносливость, сила, ловкость, реакция;
- творчества, образности и музыкальности;
- развитие эмоционального интеллекта, приобретение толерантности.

Правильно подобранные теоретические и практические упражнения дают ребенку познакомиться с широким миром хореографии.

Отличительные особенности

Отличительной особенностью программы «ТАНЦ-СТАРТ: гибкость, ритм, образ» является преимущественно практические формы обучения. Структура занятий выстроена таким образом, что теоретические знания учащийся получает одновременно с практикой, что является наиболее продуктивным и целесообразным.

Репертуар подбирается таким образом, чтобы решались сразу несколько задач: постепенное и гармоничное развитие пластики, доступность репертуара, интерес к танцу, его ценность и художественное содержание, возрастные особенности детей, и др. Большое внимание в данной программе уделяется воспитанию у детей увлеченности танцевальным искусством, активизации творческих способностей. В связи с этим предусмотрены упражнения и задания, развивающие самостоятельность и творческую активность учащихся; большое значение придается развитию ритмического чувства, возможности самостоятельной и индивидуальной импровизации, мыслительных музыкально-слуховых представлений, развитие гибкости и координации.

Контингент обучающихся: обучающиеся 1-4 классов (дети 7-11 лет).

Формы организаций занятий: групповые.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Срок реализации: 1 учебный год, 72 ч.

Материальное обеспечение: зал для проведения занятий, коврики для йоги, блоки для йоги, музыкальное сопровождение: колонка, ноутбук.

Формы предъявления результатов: выступления на школьных праздничных концертах и родительских собраниях.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена важностью художественного развития детей и их оздоровления, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у воспитанников творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность и физические качества.

Цель программы:

Создание условий для раскрытия творческого потенциала младших школьников через овладение ими основ хореографического искусства, развитие физических данных и эмоционального интеллекта.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование знаний об основных хореографических понятиях;
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- формирование знаний о здоровом образе жизни

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Планируемые результаты

По окончании обучения, воспитанники смогут достичь следующих результатов:

Личностные:	Метапредметные:	Предметные:
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья; - понимать роль хореографии в жизни человека; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю: танец классический, народный, эстрадный, современный. - готовность и способность к саморазвитию и самообучению; - готовность к личностному самоопределению; - уважительное отношение к иному мнению; - овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками; - этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей; - положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями; - дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в	- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности; - умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; - самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма; - умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций; - формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. - работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию	- улучшить координацию движений и свободно владеть своим телом; - выучить ряд танцевальных композиций; - навыки музыкально-пластического интонирования; - навыки публичных выступлений; - наличие кругозора в области хореографического искусства и культуры.

достижении поставленных целей; - навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат.		
--	--	--

Способы проверки результатов освоения программы.

Формы и методы контроля, специфичные для системы дополнительного образования: открытые занятия, смотры, соревнования, конкурсы, фестивали, отчетные концерты.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме открытого занятия, во время проведения, которого показывается работа детей по конкретной теме. В процессе просмотра занятия происходит обсуждение оригинальности замысла и его воплощения, сравнение различных форм и методов исполнения.

В течение года воспитанники принимают участие в различных мероприятиях, конкурсах, фестивалях (в том числе и в отчетном концерте в конце года), в которых участвуют дети индивидуально или по отдельным группам смешанного состава, что является проверкой промежуточных и итоговых результатов; оценивание знаний, приобретённого опыта работы на сцене.

Содержание общеразвивающей программы

Учебно-тематический план (72 часа)

№	Перечень основных разделов программы	Всего часов	Теория	Практика	Формы диагностики
1	Вводная часть	2	1	1	Игровой тест
2	Основы современной и эстрадной хореографии	7	1	6	Контрольные задания
3	Музыкальное движение	15	2	13	Контрольные задания
4	Стретчинг	16	2	14	Контрольные упражнения
5	Репетиционно-постановочная работа	18	2	24	Генеральная репетиция
6	Выступления	6	1	5	Концерты
	ИТОГО:	72	9	63	

Содержание программы

Вводная часть

Теория: Вводное занятие: введение в курс занятий. Постановка целей и задач на год. Показ видеоматериалов об общих понятиях «современная и эстрадная хореография»
Практика: пробное занятие, просмотр танцевальных и музыкальных способностей детей, анализ.

Основы современной и эстрадной хореографии

Теория: Сведения об основах хореографии, основах современного и эстрадного танца, основные положения стоп и рук в танце, положение тела, усложненные постановки стоп и рук в хореографии. Практика: классический экзерсис, изучение хореографических связей, исправление ошибок, проверка результатов.

«Музыкальное движение»

Теория: Сведения о музыке в танцевальных движениях и танце в целом. Понятие «ритм», «такт», «затакт». Сведения о танцах, которые будут изучены: «Модерн», «Народная стилизация», «элементы Hip - hop». Практика: Выполнение упражнений «на ритм», разучивание основных движений под счет и под музыку, разучивание танца «Модерн», разбор ошибок, разучивание усложненного танца под счет и под музыку «Народная стилизация», разбор ошибок и усовершенствование техники танца под музыку, разучивание основных сложных движений танца «Hip - hop», разбор ошибок, подбор музыки вместе с детьми.

«Стретчинг»

Теория: основные понятия об общей физической подготовке, постановка планов на занятие, понятие «гибкость», сведения о том, зачем нужны занятия по ОФП. Практика: Занятие по общей физической подготовке, а именно по такому физическому качеству как гибкость. Так как в хореографии неотъемлемой частью является растяжка, гибкость мышц и суставов, то занятия стретчингом необходимы. В него входят: дыхательные упражнения, упражнения на растяжку мышц ног, рук, тела. Комплекс упражнений, выполняющихся после разминки, медленно и постепенно усложняющиеся, выполняющиеся с большей амплитудой.

Репетиционная -постановочная работа

Теория: работа с родителями, подготовка костюмов. Практика: подготовка к выступлениям, отрабатывается выход и уход со сцены, поклон, расстановка детей на сцене, приобретение опыта поведения на сцене, «подача себя» в зрительный зал, генеральные репетиция, репетиции в костюмах. Выступления. Теория: Закрепления всех полученных теоретических знаний. Практика: концертная деятельность является проверкой промежуточных и итоговых знаний; оценивание знаний, приобретение опыта выступлений на сцене.

Организационно- педагогические условия

Календарный учебный график

Начало занятий – 15 сентября 2026 г.

Количество недель – 36

Летние- с 01.06.2027 г.- по 31.08.2027 г. (92 дня)

Праздничные дни:

1 января – Новый год

23 февраля – День защитников Отечества

8 марта – Международный женский день

1 мая – Праздник Весны и Труда

9 мая – День Победы

4 ноября – День народного единства

Продолжительность занятий в группе: занятия проводятся в течение учебного года с 15.09.2026 г. по 31.05.2027 г., 2 занятия в неделю, что составляет 72 занятия в год

Продолжительность занятий: 1 академический час (40 мин.)

Окончание занятий- 31 мая 2027г.

Календарно-тематическое планирование

№	Планируемая дата занятия	Фактическая дата занятия	Тема учебного занятия	Кол-во часов
1	15.09		Вводное занятие: введение в курс занятий. Постановка целей и задач на год. Инструктаж по ТБ	1
2	18.09		Общие понятия «современной и эстрадной хореографии». Танцевальные игры.	1
3	22.09		Стретчинг. Комплексные упражнения	1
4	25.09		Изучение постановки корпуса, положение рук и стоп.	1
5	29.09		Изучение танцевальных движений на координацию	1
6	02.10		Отработка танцевальных движений на координацию	1
7	06.10		Стретчинг. Поперечный шпагат	1
8	09.10		Разучивание танцевальных связок	1
9	13.10		Выполнение упражнений на «ритм», разучивание движений под «счет» и музыку.	1
10	16.10		Народная стилизация. Изучение хореографических связок.	1
11	20.10		Стретчинг. Гибкость спины	1
12	23.10		Народная стилизация. Постановка номера	1
13	27.10		Отработка танцевального номера	1
14	30.10		Сцена. Отработка выхода и ухода, поклон	1
15	10.11		Стретчинг. Продольный шпагат	1
16	13.11		Расстановка на сцене. Подбор и подготовка костюмов	1

17	17.11		Репетиция хореографического номера	1
18	20.11		Съемка хореографического номера	1
19	24.11		Стретчинг. Поперечный шпагат	1
20	27.11		Выступление на концерте, «День матери»	1
21	01.12		Классический экзерсис	1
22	04.12		Отработка танцевального номера	1
23	08.12		Стретчинг. Гибкость спины	1
24	11.12		Хип-хоп. Базовые движения.	1
25	15.12		Хип-хоп. Изучение хореографических связок.	1
26	18.12		Хип-хоп. Постановка номера	1
27	22.12		Стретчинг. Продольный шпагат	1
28	25.12		Выступление на «Елке»	1
29	12.01		Модерн. Изучение хореографических связок	1
30	15.01		Классический экзерсис	1
31	19.01		Стретчинг. Поперечный шпагат	1
32	22.01		Модерн. Изучение хореографических связок.	1
33	26.01		Модерн. Изучение хореографических связок. Постановка номера	1
34	29.01		Постановка хореографического номера	1
35	02.02		Стретчинг. Гибкость спины	1
36	05.02		Постановка хореографического номера	1
37	09.02		Отработка хореографического номера	1
38	12.02		Отработка хореографического номера	1
39	16.02		Стретчинг. Комплексные упражнения	1
40	19.02		Классический экзерсис	1
41	23.02		Репетиция танцевальных номеров	1
42	26.02		Стретчинг. Продольный шпагат	1
43	02.03		Репетиция танцевальных номеров	1
44	05.03		Выступление на концерте, « 8 марта»	1
45	09.03		Классический экзерсис	1
46	12.03		Стретчинг. Поперечный шпагат	1
47	16.03		Изучение хореографических связок.	1
48	19.03		Изучение хореографических связок.	1
49	23.03		Изучение хореографических связок.	1
50	02.04		Стретчинг. Гибкость спины	1
51	06.04		Изучение хореографических связок.	1
52	09.04		Постановка хореографического номера	1
53	13.04		Отработка хореографического номера	1
54	16.04		Отработка хореографического номера	1
55	20.04		Стретчинг. Продольный шпагат	1
56	23.04		Классический экзерсис	1
57	27.04		Репетиция танцевальных номеров.	1
58	30.04		Выступление на общешкольном родительском собрании	1
59	04.05		Стретчинг. Поперечный шпагат	1
60	07.05		Выступление на концерте, «День Победы»	1

61	11.05		Классический экзерсис	1
62	14.05		Стретчинг. Комплексные упражнения	1
63	18.05		Танцевальные игры	1
64	21.05		Подведение итогов.	1

Методическое обеспечение программы

Раздел Тема	Форма занятий	Методы	Материал	Форма подведения итогов
Вводная часть	Дискуссия, теоретическая и практическая формы занятий	Словесные, наглядные, демонстрационные	Ноутбук, проектор, муз.колонки	Викторина
Основы современной и эстрадной хореографии	Теоретическая и практическая формы занятий	Словесные, наглядные, практические	Ноутбук, проектор, муз.колонки	Контрольные задания
Музыкальное движение	Теоретическая и практическая формы занятий	Словесные, наглядные, практические	Муз. обеспечение	Контрольные задания, выступления
Стретчинг	Практическая	Словесные, практические	Муз. Обеспечение, гимнастические коврики, блоки для йоги	Контрольные упражнения
Репетиционно- постановочная работа	Практическая	Словесные, практические	Концертный зал, ноутбук, муз.колонки, костюмы	Генеральная репетиция
Выступления	Практическая	Словесные, практические	Концертный зал, ноутбук, муз.колонки, костюмы	Концерт

Список литературы:

Программы:

1. Программа воспитания и обучения в школе./ Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой.- 2-е изд. испр. и доп.- М.: Мозаика-Синтез, 2005, с. 3-13, 123-129, 153-162. 163-166, 192-202.

2. Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие с страну «Хореография»».- В кн.: Фольклор. Музыка. Театр.- театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих со школьниками: Програм.- метод. пособие / Под ред. С И . Мерзляковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, с. 104-119. - (Воспитание и доп. образование детей).

3. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений».- В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003, с. 71-73.

Специализированная литература:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М., 1999.

2. Белая К. «Триста ответов на вопросы», М., 2004.

3. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе», Киев, 1998.

4. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность – М.: Академия, - 2000, с.38.

Интернет-ресурсы:

1. «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу» - о методике партерного экзерсиса. [электронный ресурс]. - Режим доступа: http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1

Оценка результативности освоения программы. Диагностика.

Параметры и критерии оценки освоения образовательной программы

Параметры	Уровень освоения программы		
	Высокий	Средний	Низкий
Овладение танцевальными навыками и умениями.	Полностью владеет танцевальными навыками и умениями.	Испытывает затруднения в применении танцевальных навыков и умений.	Пользуется помощью педагога
Развитие эмоционально - художественного восприятия, творческого исполнительства.	Отражает свое эмоциональное состояние в танце. Увлечен выполнением работы, создает образы самостоятельно, использует в полной мере приобретенные навыки и умения	Испытывает затруднения в передаче эмоционального состояния через танец. Не в полной мере использует приобретенные навыки и умения	Не может самостоятельно выразить свое эмоциональное состояние через танец.
Освоение теоретического материала	Освоил термины по основным предметам, знания систематизированы.	Знания не систематизированы.	Освоил фрагментарно.
Эмоционально-ценностные отношения (готовность к сотрудничеству, качество отношения к учебным занятиям)	Активно сотрудничает с педагогом и детьми, проявляет инициативу в общей деятельности.	Участвует в общих делах при побуждении педагога.	Закрит для участия в общих мероприятиях.
Творческая деятельность	Обладает опытом творческой деятельности, результаты ее оригинальны, имеют качественную выразительность.	Обладает опытом творческой деятельности, но не имеет качественную выразительность	Имитация творчества.

Формы диагностики ожидаемых результатов

Вводный контроль	Текущий (промежуточный) контроль	Итоговый контроль Итоги реализации программы
- Просмотр обучающихся в работе коллектива - Педагогическое наблюдение	- Концертная деятельность - Педагогическое наблюдение - Самооценка обучающихся - Беседы с обучающимися	-Итоговое занятие - Зачет (опрос) - Педагогическое наблюдение -Участие в концерте - Коллективное обсуждение

Критерии оценки результатов при проведении промежуточной и итоговой аттестации

Оценка качества освоения учащимися предметов программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию воспитанников. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных заданий. Контрольные задания могут быть в форме устных опросов, просмотров, а также в форме выступления на разных мероприятиях.

По окончании I полугодия проводится промежуточный контроль, по итогам которого определяется уровень освоения ДОП: «высокий», «средний», «низкий».

Итоговая аттестация проводится в форме контрольных занятий и/или выступления на отчетном концерте.

Учащийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями, в том числе: знание профессиональной терминологии, хореографического репертуара; умение исполнять различные виды танца: эстрадный, современный; навыки музыкально-пластического интонирования; навыки публичных выступлений; наличие кругозора в области хореографического искусства и культуры.

Итоговая аттестация проводится с целью установить соответствие знаний, умений и навыков учащегося планируемому результату.

Критерии оценки результатов

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя средства и методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Уровень	Описание критериев
«высокий уровень»	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения или грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
«средний уровень»	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
«низкий уровень»	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета

Данная система оценки качества исполнения является основной.

Примерные тесты по хореографии:

Тест 1.

1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:
а) станок; б) палка; в) обруч.
2. Обувь балерины?
а) балетки; б) джазовки; в) пуанты.
3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?
а) полуприседание; б) приседание; в) полное приседание.
4. Международный день танца?
а) 30 декабря; б) 29 апреля; в) 28 мая.
5. Автор балета «Лебединое озеро»:
а) Чайковский П.И.; б) Петипа М. И.; в) Прокофьев С..
6. Сколько точек направления в танцевальном классе? а) 7; б) 6; в) 8.
7. Назовите богиню танца:
а) Майя Плисецкая; б) Айседора Дункан; в) Терпсихора.
8. Краковяк:
а) польский народный танец; б) украинский народный танец; в) белорусский народный танец.
9. Направление движения или поворота к себе, во внутрь: а) *en dehors*; б) *en dedans*; в) *rond*.
10. Что означает *en face*?
а) спиной к зрителям; б) лицом к зрителям; в) боком к зрителям.
11. Первая позиция ног:
а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены в разные стороны;
в) стопы вместе.
12. Как называется балетная юбка? а) пачка; б) зонтик; в) карандаш.
13. Подготовительное движение для исполнения упражнений:
а) реверанс; б) поклон; в) *preparation*.
14. Что такое партерная гимнастика?
а) гимнастика на полу; б) гимнастика у станка; в) гимнастика на улице.
15. Сколько позиций рук в классическом танце?
а) 2; б) 4; в) 3.

Тест 2.

1. Что такое реггетон?
 - Марка револьвера
 - Современный танец
 - Растение семейства пасленовых
2. Как называется модное танцевальное направление в фитнесе, исполняемое под зажигательную латиноамериканскую музыку?
 - Зумба
 - Сальса
 - Соул
3. Как называется древнее восточное танцевальное искусство, признанное эффективным фитнесом?

- Хайт-хилс
 - Танец живота
 - Джаз-фанк
4. Какое направление в танцах в стиле джаз считается одним из самых молодых?
- Фристайл
 - Соул
 - Степ
5. Какого современного танцевального направления не существует?
- Тектоник
 - Шаффл
 - Грэм
6. Какое направление в современных танцах носит исключительно женский характер?
- Бродвей
 - Беллидэнс
 - Фанк
7. Какой современный танец певица Шакира очень часто исполняет в своих клипах и на сцене?
- Самба
 - Бэллидэнс
 - Шаффл
8. В какой стране зародилось танцевальное направление «хип-хоп»?
- В Бразилии
 - В США
 - На Кубе
9. Как называется женское танцевальное направление в стиле хип-хоп?
- Hip-hop heels
 - Hip-hop femme
 - Hip-hop vogue

Вопросы для викторины

1. Назовите богиню танца. (Терпсихора)
2. Часть тела от шеи до тазобедренного сустава. (Корпус).
3. Часть корпуса, расположена ниже грудной клетки, сухожильно-мышечная перегородка, отделяющая грудную полость от брюшной. (Диафрагма).
4. Часть тела, в которой расположены органы пищеварения. (Живот).
5. Правая или левая часть туловища. (Бок).
6. Каждая из двух верхних конечностей от плечевого сустава до кончиков пальцев. (Рука).
7. Часть руки от запястья до конца пальцев. (Кисть).
8. Подвижные конечности кисти руки. (Пальцы рук).
9. Одна из двух нижних конечностей. (Нога).
10. Часть ноги от колена до стопы. (Голень).
11. Нижняя часть ноги, от щиколотки вниз, служащая опорным и пружинящим органом при стоянии, ходьбе, беге и прыжках. (Стопа).
12. Задняя часть ступни. (Пяточка).
13. Передняя часть ступни; выведение ноги на носочек – стопа вытягивается, конечная точка натяжения большой палец ноги. (Носочек).
14. Пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны. (Первая позиция).

15. Ноги расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены в разные стороны. (Вторая позиция).
16. Одна нога находится впереди другой на расстоянии одной стопы, носки разведены в стороны. Носок ноги, стоящей впереди, находится напротив пятки ноги, стоящей сзади. (Четвертая позиция).
17. Пятка одной ноги приставлена к носку другой. Носки разведены в противоположные стороны. Впереди может быть правая или левая нога. (Пятая позиция).
18. Нога, на которой сосредоточен вес тела и служащая опорой. (Опорная нога). Нога, которая выполняет движение в то время, когда вес тела находится на опорной ноге. (Рабочая нога). Полуприседание. (деми-плие)
19. Это положение вытянутой стопы рабочей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади, а также обхватно. (ку-де-пье)
20. Круг вытянутой ногой по воздуху. (ронд де жамб анлер)
21. Направление движения или поворота к себе, вовнутрь. (ан дедан)
22. Направление движения или поворота от себя или наружу. (ан деор). Как называются движения у станка одним словом? (экзерсис)
23. Что значит ан фас? (лицом к зрителю)
24. Сколько точек направления в танцевальном классе? (восемь)
25. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам (станок)
26. Подготовительное движение для исполнения упражнений. (Препарасьон)
27. Танцевальная балетная обувь? (Пуанты)
28. Что такое реверанс? (поклон)
29. Что означает термин «релеве» (подъем на полупальцы)
30. Что означает термин «аллегро» (Прыжки)
31. Как переводится Эпальман? (плечо)
32. Как с французского переводится слово «Соте» (прыжок без перемены ног)
33. Когда отмечается Международный день танца? (29 апреля)
34. Непременные условия классического танца (выворотность ног, большой танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение)
35. Основа танцевального искусства, система выразительных средств хореографического искусства, основанная на тщательной разработке различных групп движений и позиций ног, рук, корпуса и головы (Классический танец)
36. Глубокое приседание до предела, с отрывом пятки от пола. (Гранд плие)
37. Сколько позиций ног в классическом танце? (Первая, вторая, третья, четвертая, пятая позиции)
38. Отведение и приведение натянутой ноги, не отрывая ноги от пола вперед, в сторону, назад, разрабатывают натянутость ног в танце (Батман тандю)
39. Круговое движение ноги по полу. (Ронд де жамб партер)
40. «Мягкий, тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставе (Батман фондю)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 543329053733255774450318011846664415929740600893

Владелец Кузнецова Наталья Ивановна

Действителен с 22.09.2026 по 22.09.2027