ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА – ГОРОД ГАЛИЧ КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ТВОРЧЕСТВА ГОРОДА ГАЛИЧА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ»

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 5 – 18 лет
Срок реализации программы: 8 лет

Автор – составитель:
СИНЁВА
НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА -
педагог
дополнительного образования

г. Галич
2024 год

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
«5» сентября 2024 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУДО «ДТ»
_____
Е.А. Кудряшова
06 сентября 2024 г.
Приказ №106

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 5 – 18 лет
Срок реализации программы: 8 лет.

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА –
педагог дополнительного образования

г. Галич

2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательный процесс – это целенаправленное, последовательно изменяющееся взаимодействие педагога и воспитанников, в ходе которого решаются задачи образования, воспитания и общего развития обучаемых.

Образовательный процесс – процесс управляемый, следовательно, включает в себя такие элементы, как планирование, организация, стимулирование, текущий контроль, регулирование деятельности и анализ её результатов.

Планирование своей деятельности педагог осуществляет посредством разработки учебной документации, которая в свою очередь помогает грамотно организовать занятия, рационально использовать учебное время, эффективно отслеживать результаты.

Главным правилом является то, что при разработке учебной документации всех уровней педагог должен руководствоваться Государственными образовательными стандартами, нормативными документами и инструкциями Министерства образования и науки РФ, а так же Уставом образовательного учреждения.

Общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования составлена в соответствии с основополагающими документами.

Федеральные документы:

Локальные документы:

- Программой развития МУДО «ДТ».
- Уставом учреждения.
- Другими нормативно – правовыми документами учреждения.
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской– Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена– распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года– (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года N– 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467– «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской– Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных– общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242)

Нормативно – правовые основы осуществления образовательного процесса в организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные

программы, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий:

Извлечения ФЗ № 273:

- Организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно – правовому регулированию в сфере высшего образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно – правовому регулированию в сфере общего образования (ФЗ №273 в ред. Федерального закона № 232-ФЗ от 26.07.2019).
- При реализации образовательных программ с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, должны быть созданы условия для функционирования электронной информационно – образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объёме независимо от места нахождения обучающихся (ФЗ № 273 в ред. Федерального закон № 232-ФЗ а от 26.07.2019).
- **образовательные программы:**
- с учётом особенностей обучающихся могут осуществляться в очной, очно – заочной или заочной форме (ФЗ № 273, гл. 2, ст. 17, п. 2), а также «допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения» (гл. 2, ст. 17, п. 4);
- могут осуществляться на основе использования различных образовательных технологий, в том числе дистанционных и электронного обучения (ФЗ № 273, гл. 2, ст. 13, п. 2; гл. 2, ст. 16);
- могут использовать форму организации образовательной деятельности, основанную на «модульном принципе представления содержания образовательной программы и построения учебных планов» (ФЗ № 273, гл.2, ст. 13, п. 3);
- посредством разработки индивидуальных учебных планов могут обеспечивать «освоение образовательной программы на основе индивидуализации её содержания с учётом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося» (ФЗ № 273, гл. 1, ст. 2, п. 23);
- могут обеспечивать обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой дополнительной общеобразовательной программы, что осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами организации, осуществляющей образовательную деятельность (гл.1, ст. 34, п. 3).

Дополнительная учебная документация востребована на определённом этапе образовательного процесса. В ходе реализации общеобразовательной программы широко используется диагностический и исследовательский аппарат. Это

различные контрольно – оценочные диагностики, тесты стартовой, промежуточной и итоговой аттестации, анкеты, индивидуальные дневники наблюдений, обеспечивающие непрерывный мониторинг процесса личностного развития обучающихся. По дополнительным программам разрабатываются индивидуальные образовательные маршруты, рассчитанные на обучение одарённых детей или детей с ограниченными физическими возможностями.

Приоритетным направлением деятельности является художественное воспитание детей. Среди множества форм художественного воспитания, хореография занимает особое место.

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка. Формирует его художественное «я», помогает становлению личности.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слушать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией оказывают положительное воздействие на здоровье детей, формируют правильную осанку, прививают основы этикета, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение, как средство воспитания национального самосознания. С помощью образов танец выражает и раскрывает духовную жизнь народа, его быт, эстетические вкусы и идеалы.

Данная общеобразовательная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Важно, чтобы дети потянулись душой к прекрасному, реализовали свой эмоциональный порыв на занятиях и выступлениях, развивали себя физически и получали бы от этого высшее эстетическое удовлетворение.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль «Искорка» имеет **художественную направленность**, является модифицированной и реализуется в сфере дополнительного образования, так как ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Направленность хореографического обучения в рамках данной программы основана на синтезе различных видов искусств, включающих основы детской, классической, народной хореографии, современных постановок, обладающих широким спектром возможностей для максимального удовлетворения творческих потребностей учащихся на основе современного социального заказа на образовательные услуги системы дополнительного образования детей.

Именно на занятиях по хореографии успешнее всего развивается толерантность учащихся, способность к сотрудничеству, ответственность, формируется умение принимать решения и осуществлять их, позволяет учащимся реально оценивать

собственные ресурсы, осознанно выбирать сферу применения имеющихся способностей.

Актуальность программы

Динамичные изменения современного общества, стремительный научно-технический прогресс, обуславливают осознание ценности культурного наследия, необходимости его сбережения и эффективного использования как одного из важнейших ресурсов мировой экономики.

Утраты культурных ценностей невосполнимы, поэтому, сегодня одной из ведущих тенденций дополнительной системы образования является художественное развитие подрастающего поколения как эффективного механизма формирования культурного потенциала и сохранения традиций и наследия страны. Актуальность данной программы состоит в том, что она даёт каждому обучающемуся возможность прочувствовать и осознать свою национальную принадлежность и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры народов России и народов мира.

Хореография – это самый впечатляющий вид искусства! Сегодня социальный заказ, предъявляемый к современному образованию, ориентирует нас на творческое развитие личности учащегося, его познавательных и созидательных способностей, успешной социализации и адаптации на рынке труда. Учреждения дополнительного образования формируют новую образовательную политику, обеспечивающую доступность, современность, соответствие социальному заказу на образовательные услуги.

Специфика дополнительного образования детей предполагает социальную неоднородность контингента детей и задача квалифицированных педагогов-хореографов помочь учащимся и их семьям преодолевать трудности в различных жизненных ситуациях, внедрять элементы инклюзивного образования, решать вопросы многонационального состава учащихся в силу регионального компонента, что позволяет в рамках Концепции развития дополнительного образования помимо обучения, воспитания и творческого развития личности, решать ряд других социально значимых проблем, таких как: занятость детей, их самореализацию и социальную адаптацию, формирование здорового образа жизни, профилактику безнадзорности и правонарушений.

Ведь хореография является важным элементом культуры современного общества, во многом определяя его развитие и оздоровление.

В связи с изменениями политической обстановки в мире, возросла и роль патриотического воспитания детей и подростков. С 01.01.2021 г. в России стартовала реализация Федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» в рамках национального проекта «Образование». В «Указе о национальных целях развития до 2030 года» Президента Российской Федерации в рамках национальной цели «Возможности для самореализации и развития талантов» установлен целевой показатель, характеризующий достижения социально – ответственной личности на основе духовно – нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и культурных традиций». В связи с этим, возросла и роль образовательных учреждений, способствующих нравственно – патриотическому становлению детей и молодёжи, а деятельность учреждений дополнительного образования в сфере реализации патриотического воспитания, приобретает особый смысл. Именно здесь обеспечивается возможность детям быть

активными участниками личностно – значимой и социально – активной деятельности, поэтому формирование национального самосознания подрастающего поколения необходимо начинать как можно раньше.

Хореографический ансамбль «Искорка» – это один из важнейших институтов развития патриотического мировоззрения и одной из его главных задач является воспитание патриота, т.е. человека любящего свою родину, готового встать на защиту её интересов. Процесс политического воспитания учащихся осуществляется посредством хореографического искусства.

Комплексность патриотического воспитания вытекает из следующих направлений:

- Духовно – нравственное – осознание учащимися высших ценностей, идеалов и социально значимых ориентиров, способность руководствоваться ими в качестве определяющих принципов, позиций в практической деятельности.
- Историко – краеведческое – осознание неповторимости Отечества, его многообразии, формирование гордости и любви к Родине через изучение и накопление знаний о своём крае, городе, посёлке и т.д.
- Гражданско – патриотическое воспитание – формирование правовой культуры и законопослушности, гражданской позиции, готовности к служению своему народу и выполнению конституционного долга.
- Социально-патриотическое – формирование духовно – нравственной и культурно – исторической преемственности поколений, формирование активной жизненной позиции, проявление чувств сострадания, проявление заботы о людях пожилого возраста.
- Военно – патриотическое – формирование высокого патриотического сознания подрастающего поколения, через изучение русской военной истории, воинских традиций; героико – патриотическое – ориентированное на пропаганду героических профессий, чествование знаменательных героических и исторических дат нашей истории, воспитание чувств гордости к героическим деяниям предков и их традициям.
- Спортивно – патриотическое – развитие морально – волевых качеств, воспитание силы, ловкости, выносливости, стойкости, мужества, дисциплинированности в процессе занятий хореографией.

В педагогике сложились основные методы воспитания, которые полностью применимы и к патриотическому воспитанию:

- Методы формирования сознания личности (рассказ, беседа, диспут, дискуссия).
- Методы организации деятельности и формирования опыта поведения личности (упражнение, приучение, педагогическое требование, поручение, воспитывающие ситуации, общественное мнение).
- Методы стимулирования деятельности и поведения (соревнование, поощрение).
- Методы контроля, самоконтроля и самооценки в воспитании (контроль, самоконтроль, самооценка).

Среди форм организации патриотического воспитания можно выделить следующие:

- воспитательные часы;
- экскурсии;
- ролевые игры; викторины и конкурсы;
- мероприятия по увековечиванию памяти павших в борьбе за независимость нашей Родины;

- празднование памятных дат;
- встречи со знаменитыми земляками;
- просмотры видеофильмов;
- обращение к государственной символике;
- сбор материала о судьбе своих предков, родственников – участников Великой Отечественной войны, локальных войн, знакомство с семейными реликвиями, хранящими память о Великой Отечественной войне;
- социальные акции и т.д.

Формы и методы патриотического воспитания в хореографическом ансамбле «Искорка» опираются на изучение народных традиций и лучших достижений национальной культуры, что неразрывно связано с содержанием образовательных программ, тематикой концертной и внеурочной деятельности.

Так ***предмет «Классический танец»***, является не только фундаментальным в системе хореографического образования, но и культурно обогащает, развивает художественно – эстетический вкус подрастающего поколения, что содействует развитию гражданственности и патриотизма.

Теоретические ***предметы «Слушание музыки и музыкальная грамота», «История хореографического искусства»*** расширяют кругозор учащихся в области отечественной музыки и хореографического искусства и позволяют получить новые, более глубокие знания. По мере полученных знаний, у учащихся формируется чувство гордости за наше Отечество.

В культурной жизни любого города всегда высока потребность в услугах творческих хореографических коллективов. Большая часть культурно-массовых мероприятий уровня округа и города включают в концертную программу танцевальные номера Образцового художественного коллектива хореографического ансамбля «Искорка», который повышает культурный уровень населения, что свидетельствует об авторитете и престижности нашего творческого коллектива, этим и обусловлена актуальность данной комплексной программы.

Изучение танцев своего народа, а так же региона в котором проживает человек должно стать естественной потребностью, ибо через это происходит знакомство с национальными обычаями и традициями, что ведёт к формированию основы национального характера, этнической самобытности, а также уважения к национальной культуре региона проживания, знакомство с её историей. Поэтому в учебной программе по ***«Народно –сценическому танцу»*** наряду с изучением русского танца, его областных особенностей, учащиеся знакомятся с танцевальной культурой республик бывшего Советского Союза, республик представляющих национальный состав современной России. В программу также включено изучение танцев и культуры Костромской области. Так раскрывается работа по направлению историко – краеведческого и социально – патриотического воспитания учащихся хореографического ансамбля «Искорка».

Осуществление патриотического воспитания в рамках учебного процесса представляется недостаточной мерой, поэтому находит своё продолжение во внеучебной деятельности хореографического ансамбля «Искорка». Внеучебная деятельность – важная составляющая целостного образовательного процесса. Она позволяет решать широкий спектр задач обучения, воспитания, развития вне учебных занятий. Поэтому, внеучебная деятельность наиболее полно охватывает все направления патриотического воспитания. Внеучебная деятельность в хореографическом ансамбле «Искорка» осуществляется согласно общему плану

мероприятий, утверждённому на учебный год. В рамках патриотического воспитания запланированы и проводятся различные мероприятия, воспитательные часы, беседы и т. д.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность данной комплексной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается:

- в использовании адаптированных авторских методик хореографического обучения в условии учреждения дополнительного образования детей;
- разработке комплекса методов и приёмов, направленных на развитие хореографических навыков;
- плодотворном взаимодействии педагога и учащихся, получение удовольствия от коллективного творчества, укрепление межличностных связей, развитие способности к коммуникации;
- приобретение реального, конкретного опыта, основанного на чувственном восприятии, эмоциях, памяти и воображении, обеспечивающих становление логического и эмоционального мышления учащихся в процессе создания творческого продукта (танцевальных номеров, концертов);
- достижение высоких творческих результатов участия в конкурсном движении детского хореографического творчества.

Основными отличительными особенностями данной программы являются:

- ознакомление учащихся с различными танцевальными стилями и направлениями через постоянное расширение ассортимента образовательных услуг согласно современному социальному запросу;
- комплексный подход при реализации учебно-воспитательных задач, подразумевающих работу в нескольких направлениях: основы детского, классического, народного, современного танцев, постановочной и концертной деятельности;
- дифференцированный подход к учащимся, исходя из их подготовленности и природных данных;
- подача материала по «восходящей спирали», каждый год знания, умения и навыки по определенным темам преподаются и развиваются на более высоком и сложном уровне.

Региональный компонент программы направлен на актуализацию интереса подрастающего поколения Костромской области к отечественной и зарубежной культуре и современным тенденциям в искусстве, понимания художественных образов посредством выразительных средств музыки и хореографии, через палитру красок ощутить насыщенность шедевров культуры. Назначение регионального компонента в программе – защита и развитие системой образования национальных культур, региональных культурных традиций и особенностей в условиях многонационального государства; сохранение единого образовательного пространства России.

Ведущий метод образовательной деятельности интегративный, обеспечивающий реализацию комплексной программы хореографического ансамбля «Искорка», включающей модули детского, классического, народного, современного танцев, овладение искусствами на основе их синтеза в пространстве художественных ценностей по трём уровням усложнения материала согласно возрасту: стартовом, базовом и продвинутом уровне.

Реализация программы на ***стартовом уровне*** направлена на удовлетворение потребностей в творческом, интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, мотивации личности к познанию, творчеству, труду, искусству, на организацию их свободного времени.

Стартовый уровень программы направлен на обновление содержания современного дополнительного образования, формируя у учащихся углублённые навыки танцевальной техники:

- физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз;
- музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух; темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность;
- сценические способности: артистизм, желание успешно выступать на сцене;
- нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, дальнейшей социализации.

Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления данной программы, а именно:

- формирование универсальных учебных действий в области хореографии;
- расширение его информированности в системе элементов хореографического исполнительства;
- обогащения навыками владения основными выразительными средствами танца; развития артистических, исполнительских способностей учащихся;
- становлении осанки, грации, красоты тела;
- духовного, интеллектуального, социального, нравственного развития;
- «Успех – это МЫ» – создание ситуации успеха на занятии;
- «Портфолио моего успеха».

Продвинутый уровень предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным (узкоспециализированным) разделам в рамках содержательно-тематического направления комплексной программы, а именно: разработку современных психолого-педагогических методик, позволяющих обеспечить организацию такой учебной деятельности, в которой доминантным становится поиск путей, обеспечивающих успешное освоение личностью многообразия мира, гармонизации её взаимодействия с обществом путём эффективного применения современного знания в различных областях культуры и искусства.

Данный уровень направлен на углублённое изучение содержания программы, обеспечивая доступ к предпрофессиональным знаниям в рамках следующих программ: «Классический танец», «Народно – сценический танец», «Современный танец». Продвинутый уровень предполагает:

- исследовательскую деятельность;
- увеличить границы самостоятельного творчества;
- содействовать личностному самоопределению.

Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека физически, воспитывая через музыку духовно, искусство помогает обрести уверенность в собственных силах, даёт толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию подрастающего поколения, помогает им выявить свои

личностные возможности и определиться в выборе профессии хореографа, предусматривает достижение высоких показателей образованности в предметной области хореографического искусства.

Новизна программы

Новизна программы заключается в её содержательной активности, гибкости использования и разноуровневости. В ней сочетаются традиционные методы обучения с инновациями. Новизна касается и отдельных компонентов образовательной программы, например, при традиционности направления деятельности **используются оригинальные приёмы, методы, педагогические технологии и нестандартные формы организации образовательной деятельности**:

- контактная;
- бесконтактная;
- электронное обучение с применением дистанционных технологий.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты:

- современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей;
- педагогические аспекты творческой деятельности;
- методы развития межличностного общения в коллективе;
- интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива;
- методы создания художественной среды средствами хореографии.

Ведущей технологией является ***технология обучения в сотрудничестве.*** Данная технология позволяет организовать обучение детей по программе в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально – групповую работу и командно – игровую работу.

На занятиях используется и ***технология игрового обучения.*** Игра становится органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели.

Благодаря ***информационным технологиям*** и ***технологии проектного обучения***, хореографические занятия становятся интереснее, они полны творческих заданий: приключенческих, игровых и практико – ориентированных проектов. Программа предусматривает и ***здоровьесберегающую*** организацию учебного процесса.

В ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко – бытовой, народно – сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Комплексная программа направлена на синтез классической, народной, историко – бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно – постановочной работе.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося.

Программа также хорошо адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) для обучающихся занятий в очной (контактной) форме по санитарно – эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

Педагогическая целесообразность

Представив хореографию во всём её многообразии, дав возможность ребёнку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации. Долгосрочность программы позволяет решать вопросы допрофессиональной подготовки.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль «Искорка» предназначена для детей в возрасте от 5 до 18 лет.

Учащиеся занимаются по программе:
1 год обучения – 5-6 лет.
2 год обучения – 7-8 лет.
3 год обучения – 9-10 лет.
4 год обучения – 11-12 лет.
5 год обучения – 13-14 лет.
6 год обучения – 15-16 лет.
7 год обучения – 16-17 лет.
8 год обучения – 17-18 лет.

Средний дошкольный возраст (5-6 лет) основные достижения возраста которого связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познаваемой позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребёнка, его детализацией.

Старший дошкольный возраст (6-7 лет) – период познания мира человеческих отношений, творчества и подготовки к обучению в школе. В этом возрасте ребёнок в состоянии воспринять новые правила, смену деятельности и требования, которые будут предъявлены со стороны педагогов. Он постепенно адаптируется к социальной среде, способен учитывать точки зрения других людей и может начать с ними сотрудничать. Учащийся умеет сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая даётся с волевым усилием. К игровым интересам добавляется познавательный интерес. Но он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. Ориентируясь на внешнюю оценку, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

В младшем школьном возрасте (7-11 лет) учащиеся отличаются постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение. Младшие школьники легко вступают в общение. Для них большое значение приобретают оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Неудача вызывает резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъём. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться во всём, у них ярко выражено стремление к самореализации. Активность одновременно является плюсом и минусом этого возраста. Именно в 7-11 лет детям свойственно не задумываться о последствиях своих действий.

Подростковый возраст (11-15 лет) время, когда формируется осознание себя в социуме, познание норм поведения и общения. В этом возрасте на первый план выходит общение со сверстником. Именно в общении формируются основные новообразования: возникновения самосознания, переосмысление ценностей, усвоение социальных норм. В этом возрастном периоде оценка сверстника становится важнее оценки учителей и родителей. Повышаются требования как в школе, так и в семье. У подростка возникает страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым.

Старший подросток (16-17 лет) это период, когда человек может пройти путь от неуверенного, непоследовательного отрока, притязающего на взрослость, до действительного взросления. Подросток ещё с трудом «вписывается» в мир взрослых. Он не слушает советы родителей и посторонних людей, так как самооценка уже сформирована. Поступки становятся менее импульсивными и более логичными. У молодого человека возникает проблема выбора жизненных ценностей. Подростку хочется, чтобы родители и учителя видели в нём личность, считались с его позицией. Он не приемлет контроля и опеки со стороны взрослого. Появляется стремление к самореализации своих способностей. Для подростка становится приоритетным мнение коллектива о себе, своих поступках. Он склонен к самоанализу, стремится к признанию окружающими своих заслуг. В этом возрасте учащийся слишком чувствителен и раним, эмоционально нестабилен.
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль «Искорка» составлена с учётом физиологических и психологических особенностей каждого возраста. При зачислении в объединение обращается внимание на рекомендации психолога, состояние здоровья учащихся и отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям интенсивным физическим и интеллектуальным трудом на программном материале (наличие справки о допуске к занятиям от детского врача-педиатра).
Контингент учащихся, поступающих в объединение, проходят процедуру прослушивания, направленную на выявление элементарных учебных умений и музыкальных способностей.

Таким образом, содействие психологическому, личному и индивидуальному развитию учащихся по программе, обеспечивает психологическую готовность к обучению, социальной адаптации, психологической безопасности участников образовательного процесса,

предупреждение возникновения проблем развития ребёнка, воспитания и социализации.

Механизмы и сроки реализации программы

Обучение проводится по трём уровням:

1 уровень – стартовый *(организационный)*:
- Выявление творческого потенциала воспитанников посредствам входной диагностики (анкетирование, тестирование, беседы, наблюдения).
- Накопление базовых знаний и навыков.

Срок реализации – 2 года (1, 2 годы обучения).

2 уровень – базовый состоит из двух частей:
Вариативная часть:
- Формирование знаний, умений и навыков.
- Развитие творческих способностей.
- Основной задачей данного уровня является дать воспитанникам первоначальною хореографическую подготовку.

Инвариативная часть:
- Исследовательская деятельность.
- «Успех – это МЫ» – создание ситуации успеха. Постановка, выявление и разработка личных целей и способов их достижений.
- «Портфолио моего успеха» – создание личного портфолио.
- Самостоятельное творчество.
- Применение накопленных знаний в рамках урока и концертно – сценических мероприятий.

Срок реализации – 4 года (3, 4, 5, 6 годы обучения).

3 уровень – продвинутый *(аналитико – оценочный)*:
- Проведение диагностических срезов с последующим анализом.
- Уточнение и корректировка учебно – тематического плана.
- Обобщение опыта.
- Совершенствование исполнительского стиля.

Срок реализации – 2 года (7, 8 годы обучения).

Срок реализации всех трёх уровней – 8 лет.

По окончании каждого из этапов ребёнок может перейти на следующий уровень обучения, либо закончить обучение по данной программе.

Формы обучения и виды занятий по программе

Образовательная деятельность по данной программе осуществляется на русском языке в соответствие со ст. 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (с изменениями).

Формы обучения:
Для эффективной работы хореографического коллектива и достижения высокого творческого результата используются следующие формы занятий:
- групповая форма (группы формируются с учётом возраста детей, также различаются по половому признаку; группа может насчитывать от 8 до 12 человек; группа может состоять из участников какого-либо танца или этюда);

- коллективная форма (такая форма применяется для проведения сводных репетиций, ансамблей, постановок танцев, где, например, задействовано несколько возрастных групп);
- индивидуальная форма (работа с солистами, наиболее одарёнными детьми; такая форма также необходима для детей, не усвоивших пройденный материал, отстающими детьми);
- практическое занятие (репетиция);
- творческое занятие (создание творческого продукта, сводная постановка);
- выступление.

Основные формы организации образовательного процесса.
Учащиеся обязательно участвуют в следующих направлениях деятельности:
- в постановке и показе детских концертных программ;
- в системе конкурсного движения в контексте непрерывного образования (конкурсы, форумы, творческие поездки);
- в выездных концертах по Костромской области;
- в процессе репетиционной и постановочной работы к конкретному мероприятию.

Учебное занятие – основной элемент образовательного процесса. В системе дополнительного образования существенно меняется форма его организации. Главное – не сообщение знаний, а выявление опыта детей, включение их в сотрудничество, активный поиск знаний и общение. Учебное занятие в рамках программы является моделью деятельности педагога и детского коллектива, предполагающая не только передачу знаний, умений и навыков детям по конкретному предмету и усвоение ими учебного материала, но прежде всего развитие, время, в течение которого учащиеся под руководством педагога занимаются учебной, воспитательной, досуговой деятельностью.

Программа предлагает разные виды занятий:
- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;
- класс – концерт;
- мастер – класс;
- занятие – экскурсия.

В результате, учебная программа в последующие годы обучения становится богаче и насыщеннее по содержанию. Это отражается и в учебном процессе, и в концертном репертуаре коллектива, что способствует достижению высоких творческих результатов.

Режим занятий

Режим занятий для групп:
- Дети на 1 году обучения, занимаются 2 раза в неделю по 60 минут.
  В неделю вырабатывается 4 часа.
- Дети 2 года обучения занимаются 3 раза в неделю по 80 минут.
  В неделю вырабатывается – 6 часов.

- Дети 3 – 8 года обучения занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.
  В неделю вырабатывается – 8 часов.

Продолжительность одного занятия для дошкольников – не более 30 минут с 10 минутным перерывом после каждого занятия. Продолжительность занятий на 2 и 3 уровнях обучения – 40 минут с 5 минутным перерывом после каждого занятия.

Набор в объединение детей производится по критериям:
- Желание ребёнка заниматься хореографией, получить предлагаемые знания и умения.
- Физическое состояние, позволяющее заниматься танцами, о чём свидетельствует медицинская справка о состоянии здоровья.

Ребёнок имеют право начать учебу по данной образовательной программе с любого года обучения, после соответствующего возрасту тестирования и индивидуальной беседы.

Количественный состав групп:
- 1 этап обучения – 9 –12 человек.
- 2 этап обучения – 8 – 10 человек.
- 3 этап обучения – 6 – 8 человек.

Цель и задачи программы

Основная цель программы: ***развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства, оказание помощи в профессиональной ориентации.***

Целью программы являются следующие составляющие:
- Планомерное раскрытие творческих способностей детей.
- Создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации.
- Постановка хореографических композиций в учебных целях.

Помимо названного, цели программы сочетаются с основными идеями системы дополнительного образования детей, которые мотивируют включение в процесс обучения интегрированных дисциплин.
Развитие мотивации детей к познанию и творчеству через интегрированные технологии включает в себя:
- Изучение основ музыкальной грамоты.
- Актёрское мастерство.
- Элементы гимнастики.
- Изучение основ правильного дыхания.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих задач:

Познавательная задача:
- Расширение объёма историко – культурных и эстетических знаний в области хореографического искусства.

Мотивационная задача:

- Создание комфортной обстановки и ситуации успеха для каждого ребёнка, повышение его самооценки через участие в творческой жизни группы, ансамбля, где каждый может проявить себя, реализовать свои способности.

Воспитательные задачи:

- Формирование общей культуры личности ребёнка, способной адоптироваться в современном обществе.
- Воспитание чувства прекрасного через танец, музыку, общение.
- Привитие устойчивого интереса к национальной культуре и искусству.
- Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности (с помощью занятий по танцу дисциплинировать и повышать культуру поведения детей, воспитывать трудолюбие, терпение, навыки общения в коллективе).
- Содействие физическому развитию и укреплению здоровья детей и подростков, формирование у них потребности здорового образа жизни.
- Воспитание патриотизма.

Обучающие задачи:

- Развитие танцевальных способностей и творческого потенциала каждого учащегося независимо от способностей.
- Развитие и тренировка психических процессов.
- Развитие знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения классического, народно – сценического и эстрадного танцев.
- Развитие коллективных форм исполнения танцевальных номеров.
- Подготовка наиболее способных учащихся к поступлению в специальные хореографические учебные заведения.

Развивающие задачи подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- Координации.
- Ловкости.
- Силы.
- Выносливости.
- Гибкости.
- Правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника.
- Музыкально – пластической выразительности.
- Активизация специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

Необходимо обозначить задачи, направленные на:

- Формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами.
- Формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлай-платформ, контентах, сайтах, блогах и т. д.
- Развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально.
- Выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно.
- Развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.
- Развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях.

Организационно – педагогические основы

Характеристика программы

Данная программа состоит из 8 модулей, каждый из которых является частью, разделом общей программы и сориентирована на детей от 5 до 18 лет.

- по целям обучения является – развивающая художественную одарённость в области хореографического искусства;
- по характеру деятельности – деятельностно – творческая;
- по уровню освоения – специализированная;
- по возрасту – разновозрастная;
- по уровню реализации – дошкольного, начального, основного, среднего;
- по сроку реализации – 8 лет.

Тип программы – модифицированная.

В основе лежат программы А.Я.Вагановой «Основы классического танца», Г.П.Гусева «Методика преподавания народного танца», Ж.Е. Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально – игровая гимнастика для детей и другие.

Программа включает в себя:

- Разнообразие видов хореографической деятельности с опорой на народное творчество, его богатство, глубину и чистоту.
- Ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребёнка, как инициативность, самодеятельность, фантазия, самобытность.
- Сплочение обучаемых в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и чётко воспринимать учебный процесс, его приёмы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя.
- Развитие и сохранение деятельности в коллективе, превалирование групповых интересов над личными, уважение к личности каждого.
- Воспитание патриотизма, здорового образа жизни.

Формы оценки качества реализации программы

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объём знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Формы подведения итогов реализации общеобразовательной программы:

- Класс – концерты.
- Открытые уроки с приглашением родителей.
- Тестирование на знание предмета.
- Зачёты и итоговые (контрольные) занятия по темам предметов (классического, народно – сценического и современного танца) в группах по годам обучения.
- Концертная деятельность.
- Участие в муниципальных, региональных, российских и международных смотрах и конкурсах – фестивалях.
- Участие в мероприятиях областного, муниципального уровня и мероприятиях Дома творчества.

Механизм выявления результатов реализации программы

Личная аттестация обучающихся. Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально – ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с одного уровня на другой, дети проходят контрольную аттестацию по предметам. Такие условия перевода на следующий уровень обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень хореографической подготовленности детей.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Наряду с основными методами оценки результативности обучения применяется разработанная система контроля успеваемости и аттестации обучающихся. ***Данная система предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.***

Текущий контроль регулярно осуществляется педагогом дополнительного образования, ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им общеобразовательной программы на каждом уровне обучения.

Итоговая аттестация определяет уровень изменения развития детей и их результатов обучения. Итоговая аттестации проводится в конце каждого из этапов обучения по всем дисциплинам и фиксируется в соответствующей документации.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого следующего года обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками. Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

От уровня к уровню спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Степень предъявляемых требований корректируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Виды контроля

Время проверки	Цель проверки	Формы контроля
Контроль в начале года	Определение уровня развития детей	▪ Беседа ▪ Опрос ▪ Тестирование ▪ Анкетирование
Текущий контроль	Определение степени усвоения материала	▪ Педагогическое наблюдение ▪ Опрос ▪ Контрольные занятия ▪ Самостоятельная работа
Промежуточный контроль	Определение степени усвоения материала и результатов обучения	▪ Педагогическое наблюдение ▪ Открытые уроки ▪ Тестирование на знание предмета ▪ Контрольные занятия ▪ Контрольные задания ▪ Выполнение проектной работы ▪ Выполнение творческой работы ▪ Педагогический мониторинг ▪ Мониторинг образовательной деятельности детей ▪ Концертная деятельность
Итоговый контроль	Определение уровня изменения развития детей и их результатов обучения	▪ Открытые уроки ▪ Класс – концерты ▪ Участие в конкурсах – фестивалях ▪ Участие в мероприятиях: областного, муниципального уровня и мероприятиях Дома творчества

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому предмету, которая и определяет степень **результативности** освоения программы в соответствии с уровнем обучения.

Итоговый отчёт результативности освоения программы проводится ежегодно в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года.
Педагог подводит итог учебно – воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Обучающиеся, освоившие в полном объёме образовательные программы, переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, показавшие стабильно высокие результаты обучения, могут быть переведены по рекомендации хореографа и решению педагогического совета образовательного учреждения **на следующий уровень обучения досрочно** (по результатам итоговой и промежуточной аттестации).

Обучающиеся, не освоившие программу учебного года, остаются на повторное обучение в той же группе, либо – по решению педагогического совета – им может быть рекомендовано прекратить занятия в хореографическом ансамбле «Искорка» и предложено заниматься в другом объединении.

Развитие личности ребёнка в учреждении дополнительного образования детей идёт на учебном занятии, на досуговых и творческих мероприятиях.

Работа с коллективом ведётся по 4 основным направлениям:

1. Организационная работа.
2. Учебно – творческая работа.
3. Постановочная работа.
4. Воспитательная работа.

Организационная работа

№ п\п	Мероприятие	Время проведения
1	Реклама и использование СМИ по набору новых участников в ансамбль «Искорка».	сентябрь
2	Выборы старосты группы.	октябрь
3	Привлечение к работе: родителей, выпускников, родительские собрания.	1 раз в полугодие
4	Создание родительского комитета и регулярные его собрания.	1 раз в 2 месяца
5	Работа с детьми – инструкторами.	в течение учебного года
6	Итоговое собрание после окончания учебного года.	май

Учебный процесс ведётся по трём основным направлениям:

- Классический танец.
- Народно – сценический танец.
- Движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

Воспитательная работа

Традиционными мероприятиями для ансамбля «Искорка» стали:

- Праздник для детей и родителей подготовительных групп ансамбля «Искорка» – «Добро пожаловать!».
- Праздник для детей и родителей ансамбля «Искорка» ко Дню Матери.
- Праздник для детей «Новогодние посиделки».
- Спортивный праздник детей и родителей «Зимние забавы».
- Праздничная программа к Международному женскому дню 8 Марта.
- Творческие отчёты ансамбля «Искорка» – концерты, класс – концерты и открытые уроки.

Массовые мероприятия

Чтобы был заметен рост и стимул развития коллектива и каждого ребёнка в отдельности, обязательны выступления на публике.

Участие в концертах, праздниках, спектаклях и делах «Дома творчества» и мероприятиях города.

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 5 – 6 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – стартовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ
(возраст учащихся 5-6 лет)

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: заложить основы формирования всего комплекса знаний, умений и навыков по хореографии, предоставляя детям возможность наиболее полно выразить через музыку и движения свои творческие способности.

Задачи:

обучающие:

- развивать общую организованность детей;
- обучение учащихся технике хореографического движения (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз, координация движений);
- музыкальная память: чувство ритма, , музыкальный слух.

развивающие:

- развитие положительной мотивации учащихся к обучению детской хореографии и успешному освоению программы на примерах высокохудожественных произведений;
- развитие «мышечного чувства» (способности снимать эмоциональное и физическое напряжение);
- развитие музыкально-танцевальных способностей дошкольника, потребности к творческому самовыражению.

воспитательные:

- воспитание эмоционально-волевой сферы ребёнка дошкольного возраста, способности откликаться на музыку, раскрытие преобразующей силы хореографии и её влияния на нравственные и эстетические идеалы;
- воспитание эстетически-нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному;
- воспитать силу воли, самостоятельность, трудолюбие, аккуратность, стремление доводить начатое дело до конца, умения работать в коллективе и в парах.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год обучения.

Уровень подготовки детей на начало учебного года, как правило, всегда очень низок.

У большинства из них наблюдается рассеянное внимание, неумение выполнять самые простые коллективно – порядковые движения (построение в круг, линейку и т.д.), а также неумение слушать музыку.

Дети, на 1 году обучения, занимаются 2 раза в неделю по 60 минут.

В неделю вырабатывается – 4 часа.

В месяц – 16 часов.

В год – 144 часа.

В конце учебного года проводится открытое занятие. Особо одарённые дети участвуют в концертах.

Педагогической психологией введён основной закон усвоения материала: ***воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат.***

УЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
Раздел I					
1.1	Организационное занятие	беседа	1	1	-
Раздел II. Ритмика			18	1	17
2.1	Элементы музыкальной грамоты	музыкально – танцевальная импровизация	2	1	1
2.2	Подготовительные упражнения	обучающее занятие	2	-	2
2.3	Коллективно – порядковые упражнения	обучающее занятие	2	-	2
2.4	Ритмические упражнения и игры	обучающее занятие	4	-	4
2.5	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	креативная гимнастика	4	-	4
2.6	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа	танцевально-игровое творчество, импровизация	4	-	4
Раздел III. Танцевальная азбука			81	6	75
3.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	36	2	34
3.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	18	2	16
3.3	Движения историко – бытового танца	беседа, рассказ, урок	9	2	7
3.4	Детские танцы	обучающее занятие	18	-	18
Раздел IV					
4.1	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало	танцевально-игровое творчество, импровизация	10	-	10
Раздел V					
5.1	Партерные упражнения и трюки	партерная гимнастика	18	-	18
Раздел VI					
6.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	4	4	-
Раздел VII					
7.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	4	-	4
Раздел VIII					
8.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	8	4	4
		Итого:	144	16	128

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Ритмика:

- элементы музыкальной грамоты;
- подготовительные упражнения;
- коллективно – порядковые упражнения;
- ритмические упражнения и игры;
- развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа.

2. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения историко – бытового танца;
- детские танцы.

3. История хореографического искусства.
4. Движение, рисунки их сочетания и игровое начало.
5. Партерные упражнения и трюки.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам *(программа)*

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.

РИТМИКА

Цель: развитие общей организованности детей, небольшая подготовительная работа
к танцу в форме этюда, ритмические упражнения, музыкальные игры, коллективно – порядковые упражнения.

1. Элементы музыкальной грамоты:

- характер музыки, темп, ритм;
- динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато). Их отображение движениями, хлопками, прыжками, бегом, плавным и резким движением рук, головы.

Знакомство происходит в процессе урока танца на музыкальном материале, танцевальных упражнений, музыкальных игр, танцевальных комбинаций.
Игровые задания на передачу эмоциональных состояний: радостно – грустно, вкусно – невкусно, весело – страшно, интересно – неинтересно, любопытно – безразлично и т.д.

Музыкально – танцевальная импровизация.

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

Динамические оттенки – выполняются движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения.

2. Подготовительные упражнения

Описание упражнений:

- Основное положение стоя (выпрямить позвоночник, подтянуть мышцы живота, сохранять естественную осанку, но, не напрягая излишне мышцы).
- Положение, сидя со скрещенными ногами (поставив ноги накрест и подняв руки вверх – вперёд, дети сгибают ноги в коленях и садятся на пол, корпус прямой, колени разводят широко, руки кладут на колени). Дети должны принимать это положение и вставать, не опираясь на руки.
- Положение рук: в стороны, вперёд, вверх, вниз, на поясе и подбоченившись. Позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я.
- Подъём рук через стороны вверх и опускание вниз с вращением кистей в одну и другую сторону.
- Вращение рук в локтевом суставе.
- Подъём и опускание плеч (поочерёдно и синхронно).
- Круговое вращение плечами вперёд и назад.
- Наклоны с поднятыми вверх руками справа налево и обратно с постепенным увеличением и уменьшением амплитуды движения.
- Движение рук «волна».
- Повороты головы направо, налево; наклоны головы вправо, влево, вперёд, назад.
- Простые боковые шаги на каждую четверть.
- Шаги: на полупальцах, с вытянутого носка, на пятках, сочетание шагов на пятках и носках, шаги с высоко поднятыми коленями «цапля».
- Подъём на полупальцы и опускание на всю ступню по 6 позиции ног.
- Приседание и выпрямление ног по 6-ой, 2-ой и 1-ой позициям ног.
- Перенос веса тела с одной ноги на другую.
- Упражнение на развороты стоп из 6-ой позиции в 1-ую (полувыворотную), поочерёдно и одновременно.
- Упражнение на устойчивость «цапля».
- Шаг в сторону с приставкой, шаг в сторону и точка.
- «Пружинка» с шагом.
- Прыжки по 6 позиции в различном темпе и ритме.
- Бег «лошадки», мелкий бег на полупальцах, подскоки.

3. Коллективно – порядковые упражнения

- Построение в шеренгу, в колонну, в круг, в два круга, продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звёздочка.
- Повороты налево и направо.
- Повороты вокруг себя, в обе стороны.
- Фигурная маршировка: сведение и разведение, ходьба четвёрками, несложные построения и т.д.

4. Ритмические упражнения и игры

- Первое знакомство с музыкальным движением: соединить музыку с движением, дать послушать детям музыку, спросить, соответствует ли она их движениям, это музыка весёлая или грустная, быстрая или медленная.
- Развитие творческой активности детей: самостоятельно отвечать на музыку движением, двигаться под музыку.
- Работа над динамической окраской: чем громче, сильнее музыка – тем сильнее, энергичней движения и наоборот, контраст сильно действует на детей и выявляется в их моторной реакции точное начало и окончание движения вместе с началом и концом музыкальной части и фразы.
- Хлопки в ладоши в различных ритмических рисунках.
- Игры организующего порядка с музыкальными заданиями с элементом соревнования (плетень, один лишний, кошка вышла на охоту и т.д.).

5. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

- Развитие «мышечного чувства». Дети должны уметь напрягать, а когда надо, совсем снимать напряжение мышц. Уметь сознательно переносить тяжесть тела.
- Гимнастические упражнения, которые помогают исправлять различные физические недостатки детей: наклоны, выпрямление и повороты головы (вниз, назад, направо и налево, круговое движение). Поднятие на полупальцы.
- Упражнения для ступни – развивают подвижность голеностопного сустава, умение сохранять равновесие, укрепляют мышцы голени. Сгибать и разгибать ногу в подъёме. Круговое движение стопой, выставление ноги на носок, приседание на одной ноге.
- Упражнения на полу: исходное положение, сидя на полу, поочерёдное сокращение и вытягивание стопы; наклоны к вытянутым стопам; наклоны к широко разведенным в стороны ногам и наклоны вперёд. Исходное положение: лёжа на животе, поочерёдное поднимание рук и ног. «Кошечка» – выгибание спины; «лягушка».

6. Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа

- Переход от рисунка в рисунок через игру (солнце, месяц, речка, ручейки).
- Работать над музыкально – пространственными композициями (учиться двигаться по всему залу врассыпную, перестраиваться и т.д.)
- Активизация и развитие творческих способностей детей. Музыкальные упражнения и игры, построенные на конкретных подражательных образах поведения зверей, птиц, а также человеческой деятельности, сообщают каждому такому образу, движению, действию, определённый эмоциональный, ритмический и динамический характер. Дети должны самостоятельно найти движение, а преподаватель должен нарисовать детям словесную картину, направить их воображение, оживить эмоциональную память.
- Шаги по кругу: имитирующие поступь оленя, шаги журавля, бег с прыжками воробья, шаги лисички и т.д., прыжки обезьянки, зайчика и т.д. Танцевальные комбинации: «санитары», «ловим мух», «рыболов – любитель», «отличник», «двоечник» и т. д.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

1. Движения классического танца

Цель: Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Позиция ног – 1-я, 2-я и 3-я.
- Demi-plie – складывание, сгибание, присоединение. Развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног, изучается лицом к станку по 1-ой, 2-ой и 3-ей позициям ног.
- Battement tendu – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1-ой, 3-ей позициям ног, в сторону, вперёд и назад).
- Demi rond de jambe par terre – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава, изучается лицом к станку из 1-ой позиции ног по точкам (вперёд, в сторону, назад).
- Прыжки с двух ног на две ноги по 6-ой позиции ног.
- Наклоны корпуса в сторону, назад и вперёд.

Движения экзерсиса на середине зала

- Позиция ног – 1-я, 2-я и 3-я.
- Позиции рук – подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я.
- Demi-plie по 1-ой, 2-ой и 3-ей позициям ног.
- Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног (в сторону, вперёд и назад).
- Demi rond de jambe par terre из 1-ой позиции ног по точкам (вперёд, в сторону, назад).
- Наклоны корпуса в сторону, назад и вперёд.

Движения раздела allegro

- Прыжки с двух ног на две ноги по 6-ой позиции ног.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации

Практические занятия:

- Поклон, танцевальный шаг (с носка, на полупальцах, на пятках).
- Бег с броском ноги назад.
- Подскоки.
- Па галопа.
- Притоп, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.
- Выставление ноги на каблук.
- Переступание.
- «Ковырялочка» с притопом.
- Полуприсядки, хлопушки (одинарные) – в ладоши, по бедру.
- Вращение на подскоках по 1/4 круга.
- «Гармошка», «ёлочка».
- Положение рук в парном русском танце.

3. Движения историко – бытового танца

- Поклоны и реверанс 18 века.
- Простейшая композиция гавота (падеграс).
- Поклоны для девочек. Шаг с приставкой и наклон головы для мальчиков.
- Па галопа (боковые) по 6-ой позиции.

4. Детские танцы

- Весёлая зарядка.

- Приглашение.
- Страшак.
- Пингвин.
- Лошадки.
- Этюд на основе изученных элементов народного танца.

ДВИЖЕНИЯ, РИСУНКИ ИХ СОЧЕТАНИЯ И ИГРОВОЕ НАЧАЛО

- Кукла тряпичная и деревянная.
- Мельница (дует ветерок, ветер, буря).
- Маятник (переносить тяжесть тела с пятки на носок и обратно; с одной ноги на другую; два прыжка на одной ноге, вторую вытянуть).
- Танец «Клоуна» (наклоны, выпрямления и повороты головы, в конце он резко кланяется и болтает руками и резко поднимается).
- Танец «Port de bras » (дети танцуют балет на п/п, кружатся и танцуют руками).
- Танец «Pas balance » (ноги в 3 позиции, руки широко открыты, наклоны корпуса, затем полуприседания и подъём на п/п).
- Паровозики (круговые движения руками, топать ногами, и говорить: «чух – чух»).
- «Растягивать резинку».
- Кошка выпускает коготки.
- Поднимание согнутой в колене ноги.
- Перелезать через сцепленные руки.
- Полуприседания по 6, 1, 2 позициям.
- Упражнение для ступни (носок, пятка, носок, притоп всей стопой).
- Вставание на полупальцы.
- Построение группы в колонну, в шеренгу, цепочкой, в круг. Свободное размещение по площадке.
- «Насос» (приседать и подниматься, руки вниз, вверх, медленно, быстро, медленно).
- Поющие руки (дирижировать плавно, энергично, плавно).
- Солдаты готовятся к параду (маршировать на месте).
- Танец «петуха» (поднимать колено с головой, руки за спиной).
- Танец «барабанщиков» (на месте, в продвижении, тихо, громко, разные ритмы руками и ногами).
- «Танец со скалкой» (на двух ногах, на одной, на месте, в продвижении).
- «Вежливый танец» (приставные шаги, поклон, выставление ноги на носок).
- Танцуем «галопом» (шаг бокового галопа, отряхивать руки от муки, подставлять ладошки дождику, или снежинкам).
- «Танец улитки» (элементы хоровода, одна большая улитка, много улиток).
- «Танец петушка» (взмахивать крыльями и кричать: «ку – ка – ре – ку»).
- «Танец слона» (тяжелый шаг на всей ступне).
- «Танец зайчишек».
- «Ковырялочка», притопы и прихлопы, повороты с хлопками.
- Выставление ноги на пятку с полуприседанием.
- Внимание! Музыка! Игра – дети танцуют, но когда музыка замолкает, дети возвращаются в колонну, шеренгу, круг. Музыка может быть медленная, быстрая, маршевая.
- «В походе».

- Прыгаем через лужу, прыгаем в лужу.
- «Танец дробушки и хлопушки» (соревнуются: девочки дробят, мальчики делают хлопушки).
- Присядка – нога ставится на каблук, то правая, то левая. Ногу на каблук ставить в сторону и вперёд.
- «Присядка – мячик» (сидеть внизу, колени в стороны и подпрыгивать, как мячик).
- Танец «в кругу» (из большого круга – много маленьких, делаем квадрат, две линии, сходим к центру и делаем три круга и вращения в разные стороны).
- Танец «воротца» (нырять и выныривать, много «воротец», через воротца пробегают звери и пролетают птицы и т.д.)
- Танцуют «звёздочки на небе» (соединяются по 3, 2, 4 в рисунок «звёздочка», кто с кем хочет, движутся в разные стороны, меняются, рисуют созвездия).
- Танец «звёздной карусели» (все танцуют по одной, по команде образуют большую карусель, по команде – опять по одной звёздочке).
- Танец «плетень». Плетень заплетается и расплетается, разные положения рук и разные рисунки, например, «улитка», «змейка» и т.д.
- Танец «корзиночка». Руки скрещены перед собой, образуя большую корзинку, она делится на маленькие корзинки. В корзинки можно посадить грибок – мальчика или ягодку – девочку, всяких зверюшек или птиц. И корзинка и что в корзинке весело пляшут.
- «Птица может взлететь» (подниматься на высокие полупальцы, помахивая руками, поворот вокруг себя).
- Танец «пограничника» (крадётся, увидел преступника – бежит)
- «Танцует пшеница золотая». Вырастает, руки из стороны в сторону, закружилась и в снопики, потом в большой сноп и в каравай. Все танцуют и радуются хорошему урожаю.
- «Танцуем польку» (выучить шаг польки, потом танцевать в парах, по кругу, в линиях, сочетать с поворотом).
- Молдавский танец. Руки вверх и на пояс, подниматься на полупальцы и присесть, покружиться вокруг себя. Учить шаг с подскоком и пробежка, нога на каблук правой, левой ноги, присесть и подскок.
- Тройной шаг (учить в разных направлениях).
- Грузинский танец. Стоять на высоких полупальцах, мелко перебирать ногами, руки в стороне, кулаки вниз, можно в продвижении вперёд, назад, в стороны, в повороте вокруг себя. Разнообразить положение рук, переходить с колена на колено и хлопать в ладоши, руки – одна на груди, другая в стороне.
- Украинский танец. Девочки – руки в стороны, держат ленты, покачиваются из стороны в сторону и кружатся на месте. Бросают ленты вверх и опускают руки вниз. Бросают то правую, то левую руку с лентой. Бег по всему залу. Тройное переступание и нога идёт в сторону, руки с лентами в стороне. Выхилясник и чобитоки сочетать с притопами и «ковырялочкой». Мальчики – ход из «ползунца» с криками: «гоп, гоп, гей!». Сидеть, одна нога идет вправо, другую поджать, руки вправо, влево. Прыжки внизу «волчок» с хлопками в ладоши. Покачиваться из стороны в сторону, рука одна на затылок, поддерживая шапку, другая на поясе в кулачке.
- «Белорусская бульба». Сажают картофель, пропалывают, убирают урожай. Радуются и пляшут.

ПАРТЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ТРЮКИ

- Стоять на коленях, прогибаться назад, ложиться на колени.
- Сидеть, вытянув ноги вперёд, руками доставать носки пальцев, ложиться на спину и вставать.
- Сидеть, вытянув ноги в стороны, лбом доставать пол, руками – носки пальцев.
- Лежать на животе, вытянутые ноги приподнять, руки вытянутые в стороны – приподнять – это «ласточка». Падать, лететь, подавать команды.
- Лежать на животе, руками держать пальцы ног, раскачиваться, как качели.
- Лежать на спине, ноги поднять, согнуть в коленях, работать ногами как на велосипеде.
- Лечь на спину, одну ногу поднять вверх под углом 90^0 , другая нога лежит на полу. Отпускаем поднятую ногу вправо – влево. Меняем положение ног.
- Поднимать ноги вверх, лёжа на спине, поднимать корпус, не отрывая ног от пола, руки за голову.
- Встать на четвереньки и пролезть под «забором», затем вернуться в исходное положение.
- «Мостик» (с положения, лёжа на спине).
- «Шпагат» (начинать растяжку сверху).
- «Лягушка» (ноги, собрав «стопа – в стопу», лёжа на животе, колени лежат на полу).
- Стоять на четвереньках, приподнять левую ногу и левую руку, затем перескочить на эту ногу и руку, вытянуть правую ногу и руку в сторону. Перекатываться как бочонок.
- Перекаты через спину, ноги в выворотном положении собраны стопа – в стопу. Руки держат ступни ног вместе.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Знакомство с танцевальным коллективом «Искорка» и его традициями.
- Знакомство с русским национальным костюмом.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

На первом этапе должен быть заложен фундамент для формирования всего комплекса знаний, умений и навыков.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения на занятии и ПДД;
- позиции рук и ног, правила выворотности, гибкости корпуса, осанки;
- программный материал стартового уровня.

Обучающиеся должны уметь:

- проявлять интерес к занятиям;
- слушать музыку и точно двигаться под неё;
- координировать и выполнять простейшие танцевальные движения;
- исполнять небольшие композиции в форме этюда эмоционально и выразительно;
- легко ориентироваться в пространстве;
- концентрировать своё внимание на выполняемом задании.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- доводить начатое дело до конца;
- проявления инициативы и самостоятельности;
- проявления эмоциональной отзывчивости;
- готовности к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)	Низкий (3 – 1 баллов)
1. Эмоционально – творческое развитие	Обладает хорошими навыками образной игры. Знает и хорошо исполняет пластические этюды.	Обладает навыками образной игры. Умеет исполнять пластические этюды.	Слабо проявляет навыки образной игры. Слабо знает и исполняет пластические этюды.
2. Танцевально – ритмическая гимнастика	Хорошо развит музыкальный слух. Хорошо знает и исполняет элементы танцевально – ритмической гимнастики.	Развит музыкальный слух. Обладает навыками исполнения элементов танцевально – ритмической гимнастики.	Слабо развит музыкальный слух. Слабо знает и исполняет элементы танцевально – ритмической гимнастики.
3. Танцевальная азбука	Обладает хорошим апломбом. Хорошо знает и умеет выполнять позиции рук, ног. Знает, умеет и обладает навыками исполнения экзерсиса у станка, на середине зала, диагональ.	Обладает апломбом. Обладает навыками исполнения экзерсиса у станка и на середине зала, диагональ.	Обладает слабым апломбом. Плохо знает и выполняет позиции рук, ног. Слабо знает и исполняет экзерсис у станка и на середине зала, диагональ.
4. Постановочная работа	Очень хорошо знает и умеет артистично исполнять программный танец.	Хорошо знает и умеет исполнять программный танец.	Знает, но слабо исполняет программный танец.
5. Концертная деятельность	Постоянно участвует в концертной деятельности коллектива.	Участвует в концертной деятельности коллектива.	Не всегда участвует в концертной деятельности коллектива.
6. Личностные качества	Организованный, самостоятельный. Доводит начатое дело до конца. Обладает силой воли, понимает значение результатов своего творчества.	Организованный, но не самостоятельный. Проявляет творческую активность. Пытается доводить начатое дело до конца.	Не организованный, не самостоятельный. Слабо проявляет творческую активность. Не доводит начатое дело до конца.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1-ый год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы/ кол-во часов

сентябрь	Ритмика	▪ Сбор участников коллектива. Знакомство с детьми, расстановка на места. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ. ▪ Изучение поклона. Элементы музыкальной грамоты: ▪ Характер музыки, темп, ритм. Подготовительные упражнения: ▪ Основное положение стоя (выпрямить позвоночник, подтянуть мышцы живота, сохранять естественную осанку, но, не напрягая излишне мышцы). ▪ Положение, сидя со скрещенными ногами (поставив ноги накрест и подняв руки вверх – вперёд, дети сгибают ноги в коленях и садятся на пол, корпус прямой, колени разводят широко, руки кладут на колени).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика	Элементы музыкальной грамоты: ▪ Динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато). Подготовительные упражнения: ▪ Положение рук: в стороны, вперёд, вверх, вниз, на поясе и подбоченившись. ▪ Позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. ▪ Подъём рук через стороны вверх и опускание вниз с вращением кистей в одну и другую сторону. ▪ Вращение рук в локтевом суставе. ▪ Подъём и опускание плеч (поочерёдно и синхронно). ▪ Круговое вращение плечами вперёд и назад. ▪ Наклоны с поднятыми вверх руками справа налево и обратно с постепенным увеличением и уменьшением амплитуды движения. ▪ Движение рук «волна».	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика	Подготовительные упражнения: ▪ Повороты головы направо, налево; наклоны головы вправо, влево, вперёд, назад. ▪ Простые боковые шаги на каждую четверть. ▪ Шаги: на полупальцах, с вытянутого носка, на пятках, сочетание шагов на пятках и носках, шаги с высоко поднятыми коленями «цапля». ▪ Подъём на полупальцы и опускание на всю ступню по 6 позиции.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Подготовительные упражнения: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Стоять на коленях, прогибаться назад, ложиться на колени. ▪ Сидеть, вытянув ноги вперёд, руками доставать носки пальцев, ложиться на спину и вставать. ▪ Сидеть, вытянув ноги в стороны, лбом доставать пол, руками – носки пальцев.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Подготовительные упражнения: ▪ Приседание и выпрямление ног по 6-ой, 2-ой и 1-ой позициям ног. ▪ Перенос веса тела с одной ноги на другую. ▪ Упражнение на развороты стоп из 6-ой позиции в 1-ую (полувыворотную), поочерёдно и одновременно. ▪ Упражнение на устойчивость «цапля». Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Лежать на животе, вытянутые ноги приподнять, руки	Практическое занятие 2 ч.

		вытянутые в стороны – приподнять – это «ласточка». Падать, лететь, подавать команды. ▪ Лежать на животе, руками держать пальцы ног, раскачиваться, как качели. ▪ Лежать на спине, ноги поднять, согнуть в коленях, работать ногами как на велосипеде.	
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Подготовительные упражнения: ▪ Шаг в сторону с приставкой, шаг в сторону и точка. ▪ «Пружинка» с шагом. ▪ Прыжки по 6 позиции в различном темпе и ритме. ▪ Бег «лошадки», мелкий бег на полупальцах, подскоки. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Лечь на спину, одну ногу поднять вверх под углом 90^0, другая нога лежит на полу. Отпускаем поднятую ногу вправо – влево. Меняем положение ног. ▪ Поднимать ноги вверх, лёжа на спине, поднимать корпус, не отрывая ног от пола, руки за голову. ▪ Встать на четвереньки и пролезть под «забором», затем вернуться в исходное положение.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Позиция ног – 1-я, 2-я и 3-я. ▪ Demi-plie по 1-ой, 2-ой и 3-ей позициям ног(лицом к станку). Движения историко – бытового танца: ▪ Поклоны и реверанс 18 века. ▪ Разучивание движений танца «Гавот».	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Подготовительные упражнения: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ «Мостик» (с положения, лёжа на спине). ▪ «Шпагат» (начинать растяжку сверху). ▪ «Лягушка» (ноги, собрав «стопа – в стопу», лёжа на животе, колени лежат на полу).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног в сторону (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Позиция ног – 1-я, 2-я и 3-я. ▪ Позиции рук – подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я. Движения историко – бытового танца: ▪ Поклоны и реверанс 18 века. ▪ Разучивание движений танца «Гавот».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика и партерная гимнастика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Коллективно – порядковые упражнения: ▪ Построение в шеренгу, в колонну, в круг, в два круга, продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звёздочка. ▪ Повороты налево и направо. ▪ Повороты вокруг себя, в обе стороны. ▪ Фигурная маршировка: сведение и разведение, ходьба четвёрками, несложные построения и т.д.	Практическое занятие 2 ч.

		Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног в вперёд (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi-plie по 1-ой, 2-ой и 3-ей позициям ног. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание движений танца «Гавот».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика	Ритмические упражнения и игры: ▪ хлопки в ладоши и притопы ногами в различных ритмических рисунках. ▪ «горячо – холодно» (форте – пьяно, легато – стаккато); «третий лишний» (на окончание музыкальной фразы); ▪ игры организующего порядка с моментом соревнования (кто быстрее сделает «плетень»).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика	▪ Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног в сторону. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание простейшей композиции «Гавота».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа: ▪ Переход от рисунка в рисунок через игру (солнце, месяц, речка, ручейки).	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление пройденных движений. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног вперёд. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание простейшей композиции «Гавота».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа: ▪ Работать над музыкально – пространственными композициями (учиться двигаться по всему залу врассыпную, перестраиваться и т.д.) ▪ Активизация и развитие творческих способностей детей.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление пройденных движений. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 1-ой, 3-ей позициям ног назад. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание простейшей композиции «Гавота».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа: ▪ Шаги по кругу: имитирующие поступь оленя, шаги журавля, бег с прыжками воробья, шаги лисички и т.д., прыжки обезьянки, зайчика и т.д.	Практическое занятие 2 ч.

		Танцевальные комбинации: ▪ «Санитары», «ловим мух».	
ноябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа: ▪ Отработка и закрепление пройденных движений. Танцевальные комбинации: ▪ «Рыболов – любитель», «отличник», «двоечник».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi rond de jambe par terre из 1-ой позиции ног по точкам: вперёд, в сторону, назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi rond de jambe par terre из 1-ой позиции ног по точкам: вперёд, в сторону, назад. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание простейшей композиции «Гавота».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Кукла тряпичная и деревянная. ▪ Мельница (дует ветерок, ветер, буря). ▪ Маятник (переносить тяжесть тела с пятки на носок и обратно; с одной ноги на другую; два прыжка на одной ноге, вторую вытянуть). ▪ Танец «Клоуна» (наклоны, выпрямления и повороты головы, в конце он резко кланяется и болтает руками и резко поднимается).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Танец «Port de bras». (дети танцуют балет на п/п, кружатся и танцуют руками). ▪ Танец «Pas balance» (ноги в 3 позиции, руки широко открыты, наклоны корпуса, затем полуприседания и подъём на п/п). ▪ Паровозики (круговые движения руками, топать ногами, и говорить: «чух – чух»). ▪ «Растягивать резинку». ▪ Кошка выпускает коготки.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Прыжки с двух ног на две ноги по 6-ой позиции ног. ▪ Наклоны корпуса в сторону, назад и вперёд. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Наклоны корпуса в сторону, назад и вперёд. Движения раздела allegro: ▪ Прыжки с двух ног на две ноги по 6-ой позиции ног. Движения историко – бытового танца: ▪ Разучивание простейшей композиции «Гавота».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое

			занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Поднимание согнутой в колене ноги. ▪ Перелезать через сцепленные руки. ▪ Полуприседания по 6, 1, 2 позициям. ▪ Упражнение для ступни (носок, пятка, носок, притоп всей стопой). ▪ Вставание на полупальцы. ▪ Построение группы в колонну, в шеренгу, цепочкой, в круг. Свободное размещение по площадке.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка пройденного материала. ▪ Поклоны для девочек. Шаг с приставкой и наклон головы для мальчиков. ▪ Па галопа (боковые) по 6-ой позиции.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Насос» (приседать и подниматься, руки вниз, вверх, медленно, быстро, медленно). ▪ Поющие руки (дирижировать плавно, энергично, плавно). ▪ Солдаты готовятся к параду (маршировать на месте). ▪ Танец «петуха» (поднимать колено с головой, руки за спиной). ▪ Танец «барабанщиков» (на месте, в продвижении, тихо, громко, разные ритмы руками и ногами). ▪ «Танец со скалкой» (на двух ногах, на одной, на месте, в продвижении).	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Основные движения: ▪ Поклон, танцевальный шаг (с носка, на полупальцах, на пятках). ▪ Бег с броском ноги назад. ▪ Подскоки. ▪ Па галопа. ▪ Притоп, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Вежливый танец» (приставные шаги, поклон, выставление ноги на носок). ▪ Танцуем «галопом» (шаг бокового галопа, отряхивать руки от муки, подставлять ладошки дождику, или снежинкам). ▪ «Танец улитки» (элементы хоровода, одна большая улитка, много улиток). ▪ «Танец петушка» (взмахивать крыльями и кричать: «ку – ка – ре – ку»). ▪ «Танец слона» (тяжелый шаг на всей ступне). ▪ «Танец зайчишек». ▪ «Ковырялочка», притопы и прихлопы, повороты с хлопками.	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Выставление ноги на пятку с полуприседанием.	
февраль	Народно – сценический танец	Основные движения: ▪ Выставление ноги на каблук. ▪ Переступание. ▪ «Ковырялочка» с притопом.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Внимание! Музыка! Игра – дети танцуют, но когда музыка замолкает, дети возвращаются в колонну, шеренгу, круг. Музыка может быть медленная, быстрая, маршевая. ▪ «В походе». ▪ Прыгаем через лужу, прыгаем в лужу.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Танец дробушки и хлопушки» (соревнуются: девочки дробят, мальчики делают хлопушки). ▪ Присядка – нога ставится на каблук, то правая, то левая. Ногу на каблук ставить в сторону и вперёд. ▪ «Присядка – мячик» (сидеть внизу, колени в стороны и подпрыгивать, как мячик).	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Танец «в кругу» (из большого круга – много маленьких, делаем квадрат, две линии, сходим к центру и делаем три круга и вращения в разные стороны). ▪ Танец «воротца» (нырять и выныривать, много «воротец», через воротца пробегают звери и пролетают птицы и т.д.) ▪ Танцуют «звёздочки на небе» (соединяются по 3,2,4 в рисунок «звездочка», кто с кем хочет, движутся в разные стороны, меняются, рисуют созвездия). ▪ Танец «звёздной карусели» (все танцуют по одной, по команде образуют большую карусель, по команде – опять по одной звёздочке).	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Основные движения: ▪ Полуприсядки, хлопушки (одинарные) – в ладоши, по бедру. ▪ Вращение на подскоках по ¼ круга.	Практическое занятие 2 ч.
март	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Основные движения: ▪ «Гармошка», « ёлочка». ▪ Положение рук в парном русском танце.	Практическое занятие 2 ч.
март	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Танец «плетень». Плетень заплетается и расплетается, разные положения рук и разные рисунки, например, «улитка», «змейка» и т.д. ▪ Танец «корзиночка». Руки скрещены перед собой, образуя большую корзинку, она делится на маленькие корзинки. В корзинки можно посадить грибок – мальчика или ягодку – девочку, всяких зверюшек или птиц. И корзинка и что в корзинке весело пляшут. ▪ «Птица может взлететь» (подниматься на высокие полупальцы, помахивая руками, поворот вокруг себя).	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие

	танец		2 ч.
март	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Танец «пограничника» (крадётся, увидел преступника – бежит) ▪ «Танцует пшеница золотая». Вырастает, руки из стороны в сторону, закружилась и в снопики, потом в большой сноп и в каравай. Все танцуют и радуются хорошему урожаю. ▪ «Танцуем польку» (выучить шаг польки, потом танцевать в парах, по кругу, в линиях, сочетать с поворотом).	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Молдавский танец. Руки вверх и на пояс, подниматься на полупальцы и присесть, покружиться вокруг себя. Учить шаг с подскоком и пробежка, нога на каблук правой, левой ноги, присесть и подскок. ▪ Тройной шаг (учить в разных направлениях).	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Грузинский танец. Стоять на высоких полупальцах, мелко перебирать ногами, руки в стороне, кулаки вниз, можно в продвижении вперёд, назад, в стороны, в повороте вокруг себя. Разнообразить положение рук, переходить с колена на колено и хлопать в ладоши, руки – одна на груди, другая в стороне.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ Украинский танец. Девочки – руки в стороны, держат ленты, покачиваются из стороны в сторону и кружатся на месте. Бросают ленты вверх и опускают руки вниз. Бросают то правую, то левую руку с лентой. Бег по всему залу. Тройное переступание и нога идёт в сторону, руки с лентами в стороне. Выхилясник и чобитоки сочетать с притопами и «ковырялочкой». Мальчики – ход из «ползунца» с криками: «гоп, гоп, гей!». Сидеть, одна нога идет вправо, другую поджать, руки вправо, влево. Прыжки внизу «волчок» с хлопками в ладоши. Покачиваться из стороны в сторону, рука одна на затылок, поддерживая шапку, другая на поясе в кулачке.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.

апрель	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Белорусская бульба».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	▪ Постановка этюда на основе изученных движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Ритмика	Движения, рисунки их сочетания и игровое начало: ▪ «Белорусская бульба».	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	▪ Отработка этюда на основе движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	▪ Отработка этюда на основе движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Ритмика	Детские танцы: ▪ Весёлая зарядка. ▪ Приглашение.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	▪ Отработка этюда на основе движений народно – сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Партерная гимнастика	Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Стоять на четвереньках, приподнять левую ногу и левую руку, затем перескочить на эту ногу и руку, вытянуть правую ногу и руку в сторону. Перекатываться как бочонок. ▪ Перекаты через спину, ноги в выворотном положении собраны стопа – в стопу. Руки держат ступни ног вместе.	Практическое занятие 2 ч.
май	Ритмика	Детские танцы: ▪ Страшак. ▪ Пингвин. ▪ Лошадки	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 144 часа			

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 7 – 8 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – стартовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 7-8 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

Цель: продолжить работу по формированию основ всего комплекса знаний, умений, навыков по хореографии. Добиться наиболее точного пластического выражения услышанного в музыке, пополняя базу знаний, умений, навыков.

Задачи:

обучающие:

- обучение учащихся технике хореографического движения (темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность);
- повысить уровень теоретических знаний в области музыкальной культуры;
- познакомить детей с элементами актёрской техники;
- обучить основам классической, народной хореографии;
- развитие артистичности и эмоциональной выразительности.
- желание успешно выступать на сцене.

развивающие:

- формирование положительной мотивации учащихся к обучению детской хореографии и успешному их освоению на примерах высокохудожественных произведений;
- развить трудолюбие, воображение за счёт подачи образов и характеров в хореографических композициях;
- развить мотивацию учащихся к самопознанию, самообразованию, саморазвитию;
- развитие творческого потенциала учащихся, стимулирование нравственно-эстетических переживаний, способности к эмоциональной отзывчивости.

воспитательные:

- воспитание личности учащихся, ориентированных на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);
- обеспечение избавления от стеснительности, зажатости;
- формирование художественного вкуса учащихся;
- формировать потребность к здоровому образу жизни;
- воспитывать культуру поведения и общения;
- формировать нравственные ценности и эстетическое отношение к элементам народно – сценического танца, как к источнику красоты и культуры разных народов.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным в предыдущем году обучения. Они научились концентрировать своё внимание на выполняемом задании и делать простые движения, небольшие комбинации и этюды, а также научились слушать музыку. Движения рук, ног, головы у них более согласованны, поэтому на этом этапе обучения к ним можно повысить требовательность к точности выполнения движений.

Значительно расширяется объём работы над тренировочными упражнениями.

Дети занимаются 3 раза в неделю по 80 минут.

В неделю вырабатывается – 6 часов.

В месяц – 24 часа.

В год – 216 часов.

В конце учебного года проводится открытое занятие. Планируется участие воспитанников в концерте.

Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

На этом году обучения материал программы направлен на более глубокое изучение танцевального искусства.

Дальнейшее усложнение материала делает уже нецелесообразным сочетание изучения движений по классическому, народному танцу на одном уроке, в связи, с чем возникает необходимость в самостоятельных предметах танцевального цикла.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
	Раздел I				
1.1	Организационное занятие	беседа	1	1	-
	Раздел II. Ритмика		12	1	11
2.1	Элементы музыкальной грамоты	музыкально – танцевальная импровизация,	2	1	1
2.2	Ритмические упражнения и игры	обучающее занятие	2	-	2
2.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	креативная гимнастика	2	-	2
2.4	Танцевальные движения и танцы	обучающее и развивающее занятие	4	-	4
2.5	Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа	танцевально-игровое творчество, импровизация	2	-	2
	Раздел III. Танцевальная азбука		144	8	136
3.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	72	4	68
3.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	72	4	68
	Раздел IV				
4.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация	44	-	44
	Раздел V				
5.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	3	3	-
	Раздел VI				
6.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	4	-	4
	Раздел VII				
7.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	8	4	4
		Итого:	216	17	199

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Ритмика:

- элементы музыкальной грамоты;
- ритмические упражнения и игры;
- развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- танцевальные движения и танцы;
- упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа.

2. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации.

3. Танцевальные этюды и танцы.

4. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.

РИТМИКА

Цель: развитие координации движений, разучивание этюдов и танцев.

1. Элементы музыкальной грамоты

- Строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение.
- Знакомство с понятием музыкальных размеров:4/4,2/4,3/4.
- Знакомство с длительностями: целая нота, 1/2,1/4,1/8.
- Знакомство с темпами: медленный, умеренный, быстрый.
- Точное начало и окончание движения вместе с началом и концом музыкальной части и фразы.
- Марш с последовательным началом движения: на целую ноту,1/2,1/4.
- Тактирование музыкальных приёмов.
- Хлопки в ладоши и притопы ногами в различных ритмических рисунках.
- Этюды на передачу характера произведения и отражение его в движении.

2. Ритмические упражнения и игры

- Знакомство с понятиями: интервал, дистанция. Повороты направо, налево, кругом. Построение в колонну, в шеренгу.
- Марш: на месте с высоко поднятым коленом и вытянутым носком. По кругу танцевальным шагом (с носка) игры развивающие фантазию.
- Построение на марше в колонну, в шеренгу в круг (парами, четвёрками), змейка продольная и поперечная.
- Шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперёд накрест перед опорной ногой (на раз – два).
- Три шага в сторону и кик (на раз – два – три – четыре).
- Три шага в сторону и «топ» (удар) с хлопком (на раз – два – три – четыре): «пружинка» с шагом (на затакт – присесть, на раз – шагнуть вправо, выпрямляя колени, и – присесть, два – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени).
- Прыжки с согнутыми коленями по 6 позиции ног.

- Бег с подниманием выпрямленных ног вперёд и назад.
- Шаг и подскок вперёд – назад (на раз – и – два – и) – подготовка к шагу польки.
- Шаг в сторону и два шага на месте вправо и влево (на раз – два – три) – подготовка к вальсу.
- Наклоны корпуса: вперёд, назад, вниз, вправо, влево.
- Игры: «горячо – холодно» (форте – пьяно, легато – стаккато), «третий лишний» (на окончание музыкальной фразы). Игры организующего порядка с моментом соревнования (кто быстрее сделает «плетень»).
- Игры, развивающие фантазию.
- Игры и этюды, развивающие актёрские навыки: «не пролить полной чаши», «перейти ручеёк», «пройти по канату», «убирать комнату» и т.д. Изобразить: журавля, бег с прыжками воробья, лисичку, зайца и т.д.

3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

- В положении сидя – поочерёдное сокращение и вытягивание стопы.
- Наклоны к вытянутым стопам.
- Наклоны к широко разведённым в стороны ногам и наклоны вперёд.
- Лёжа на животе – поочерёдное поднимание рук и ног.
- «Кошечка» – выгибание спины.
- «Лягушка».
- «Мостик».
- «Шпагат» и т.д.

4. Танцевальные движения и танцы

- Выставление ноги на каблук вперёд и в сторону.
- «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом.
- Галоп с поворотом (вторая половина года).
- Полька вперёд и вокруг себя.
- Вальсовая дорожка, па вальса с остановками (вторая половина года).
- Переступание, «гармошка», «ёлочка».
- Прыжки по 6 позиции ног с вытянутым подъёмом и коленями.
- Бальные танцы: «Полька», «Вару – Вару», Падеграс.

5. Упражнения, являющиеся зачатком танцевального образа

- Игра «море волнуется», игровые этюды: «крокодил Гена», «я – чайник» и другие.
- Музыкально – танцевальные импровизации.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

Дети семилетнего возраста отличаются неустойчивым вниманием, большой подвижностью, и выполнять одни и те же упражнения для них представляет большую трудность.

Необходимо ограничить занятия у станка только освоенными упражнениями, которые поставят корпус. Дадут правильное положение рук и ног, а в остальное время нужно проводить ритмические упражнения и музыкальные игры, в которых дети могут проявить свою непосредственность и эмоциональность.

Дальнейшее развитие силы ног происходит путём увеличения количества упражнений и их усложнения.

Необходимо содействовать физическому развитию детей, развивать координацию движений.

На втором году обучения вводится экзерсис на середине зала.

Особое внимание должно быть обращено на качество музыкального оформления уроков. Необходимо остерегаться сведения его к сухому отбиванию такта – счёта. Музыкальное оформление должно прививать учащимся эстетические навыки, осознанное отношение к музыкальному произведению – умение слушать музыкальную фразу, ориентироваться в характере музыки, ритмическом рисунке, динамике.

Весь урок должен быть построен на музыкальном материале. Переходы от упражнений у палки к упражнениям на середине зала и обратно, а также поклоны при входе в класс и после окончания урока должны быть музыкально оформлены, чтобы ученики привыкли организовывать свои движения согласно с музыкой.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку прямо и стройно держаться и свободно двигаться. Постановка рук, ног, головы. Выработать у детей навыки координации движений, танцевальности и музыкальности.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Постановка корпуса и положение рук на палке.
- Позиции ног и рук в классическом танце.
- Demi-plie по 1-ой позиции ног (лицом к станку).
- Понятие об опорной и работающей ноге.
- Первоначальное изучение battement tendu по 1-ой позиции ног в сторону (лицом к станку). Исполняется раздельно в медленном темпе в размере 4/4.
- Battement tendu и demi-plie по 1-ой позиции ног в сторону (лицом к станку).
- Показ 2-ой позиции ног выворотно (лицом к станку).
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног в сторону, фиксируя точки условно на высоте 25^0 – на уровне cou-de-pied (лицом к станку).
- Первоначальное изучение battement tendu по 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку).
- Passe par terre по 1-ой позиции ног.
- Saute по 1-ой позиции ног (прыжок лицом к станку).
- Demi-plie по 2-ой позиции ног (лицом к станку).
- Battement tendu по 1-ой позиции ног назад.
- Double battement tendu.
- Проучивание 3-ей и 5-ой позиций ног выворотно (лицом к станку).
- Перегибы корпуса назад и вперёд.
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног вперёд.
- Battement tendu jete назад по 1-ой позиции ног назад.
- Demi-plie по 3-ей и 5-ой позициям ног (лицом к станку).
- Releve на п/п по 1-ой и 2-ой позициям ног (лицом к станку).
- Понятие: en dehors и en dedans.
- Demi rond de jambe par terre (по половине круга, которое проделывается en dehors и en dedans).
- Releve на п/п с demi-plie по 1-ой и 2-ой позициям ног (лицом к станку).

- Rond de jambe par terre, полный круг (с остановками на точках) en dehors и через несколько дней – en dedans (лицом к станку).
- Battement releve lent на 25^0 по 1-ой позиции ног в сторону (лицом к станку).
- Battement releve lent на 25^0 по 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку).
- Battement releve lent на 25^0 по 1-ой позиции ног назад (лицом к станку).
- Положение ноги sur le cou-de-pied спереди и сзади (лицом к станку).
- Положение ноги sur le cou-de-pied условное (лицом к станку).
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног в сторону (лицом к станку).
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку).
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног назад (лицом к станку).
- Положение ног в epaulement croisee и effacee.
- Saute по 2-ой позиции ног (лицом к станку).
- Saute по 3-ей и 5-ой позициям ног (лицом к станку).

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Подготовительное положение рук и 1-ая позиция рук.
- Demi-plie по 1-ой позиции ног.
- Вторая позиция рук.
- Третья позиция рук.
- Первое port de bras.
- Releve на п/п по 1-ой и 2-ой позиций ног.
- Battement tendu по 1-ой позиции ног в сторону.
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног в сторону.
- Battement tendu и demi-plie по 1-ой позиции ног в сторону.
- Battement tendu по 1-ой позиции ног вперёд.
- Passe par terre по 1-ой позиции ног.
- Demi-plie по 2-ой позиции ног.
- Battement tendu по 1-ой позиции ног назад.
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног вперёд.
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног назад.
- Demi-plie по 3-ей и 5-ой позициям ног.
- Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног в сторону.
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног вперёд.
- Battement soutenu по 1-ой позиции ног назад.
- Вальсовая дорожка по 6-ой позиции ног.
- Па вальса с остановками.
- Поклон с demi-plie нога сзади на носке (для девочек).
- Па галопа в повороте.
- Второе port de bras.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro

- Saute по 1-ой позиции ног.
- Saute по 2-ой позиции ног.
- Saute по 3-ей и 5-ой позициям ног.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации

Прежде, чем ученики начнут изучение народно – сценического танца, они должны усвоить простейшие элементы народного танца, которые здесь приведены. Эти движения являются необходимым материалом для постановочной работы.
Для второго года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского, белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийских государств.
Кроме того рекомендуется использовать вспомогательный материал, подготавливающий к исполнению различных танцевальных элементов.
Особенностью предлагаемого на втором году обучения материала является его внешняя схожесть. Это делается специально для того, чтобы дать учащимся определённую базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности элементов русских народных танцев.

Практические занятия:

Позиции ног

1. Пять прямых:
- 1-я позиция – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп.
- 2-я позиция – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга.
- 3-я позиция – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой.
- 4-я позиция – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.
- 5-я позиция – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом, каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

2. Пять свободных:

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

3. Две закрытые:
- 1-я позиция – обе ноги повёрнуты внутрь и поставлены носками вместе, каблуками разведены в стороны.
- 2-я позиция – обе ноги повёрнуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях ног тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги. Ноги в коленях вытянуты.

Позиции и положение рук

1. Семь позиций:
- 1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й, 3-й позициям классического танца.
- 4-я позиция – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии: большой палец сзади, четыре других – собраны вместе спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.
- 5-я позиция – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу.

Пальцы собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки чуть выше локтя.

- 6-я позиция – обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.
- 7-я позиция – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии, запястье одной руки лежит на запястье другой руки.

2. Подготовительное положение:

Обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повёрнуты ладонью к корпусу.

- 1-е положение – обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией, кисти находятся на уровне талии, пальцы свободно собраны и открыты. Ладони повёрнуты вверх;
- 2-е положение – обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициям, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повёрнуты вверх.

Движения экзерсиса

Все упражнения выполняются лицом к палке:

- demi-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям ног;
- grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям ног;
- характерные battement tendu из 3-й позиции ног (носок – каблук – носок);
- подготовка к «верёвочке»;
- подготовка к «штопору» и «штопор»;
- упражнение на выстукивание.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Нет необходимости говорить о важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, его бытом и обычаями.

Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм: хороводы, кадрили, переплясы и пляски; сюжетов: лирические, игровые, весёлые и удалые.

В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером.

Русский танец может быть представлен достаточно широко и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Основные положения ног и рук

1. Позиции ног:

- 1-я, 2-я, 3-я – свободные и прямые позиции;
- 1-я и 2-я – закрытые позиции ног.

2. Основные положения рук:

- 1-е и 2-е подготовительное положение рук;
- подготовка к началу движения;
- положение рук в парных и массовых танцах: «цепочка», «круг», «звёздочка», «карусель», «корзиночка».

Движения танца

1. Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки;

- двух рук;
- поочерёдное раскрывание рук;
- переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:
- на месте без рук и с руками;
- с продвижением вперёд и отходом назад.

3. Притопы:
- одинарные (женские и мужские);
- тройные (женские и мужские).

4. Шаги:
- простой (бытовой) шаг вперёд с каблука;
- простой (бытовой) шаг вперёд с носка;
- простой русский шаг назад через п/п на всю ступню;
- простой русский шаг с притопом и продвижением вперёд;
- простой русский шаг с притопом и продвижением назад;
- боковой шаг на всей ступне и на п/п по прямой позиции.

5. Основные движения:
- «гармошка»;
- «ёлочка»;
- «припадание»;
- перескоки с ноги на ногу и на всю ступню (подготовка к дробям);
- «верёвочка» простая;
- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;
- «ключ» простой.

6.Хлопки и хлопушки:
- хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары);
- хлопки и хлопушки в ладоши, по бедру, по голенищу сапога.

7. Присядки (для мальчиков):
- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по прямой свободной позиции;
- покачивание на приседании по 1 – й прямой и свободной позициям;
- подскоки на приседании на двух ногах по 1 – й прямой и свободной позициям;
- присядка на 2 – х ногах по 1 – й прямой и свободной позициям ног с вынесением ноги на каблук вперёд и в сторону.

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей.

Белорусские хороводы, игровые танцы, отражающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью.

Наиболее известными танцами в Белоруссии являются: «Лявониха», «Крыжачок» и Полька. На втором году обучения предлагается танцевальный материал из танца «Крыжачок».

Положение рук
- положение рук в сольном танце;
- положение рук в массовых и парных танцах.

Движения танца «Крыжачок»
- притопы одинарные;
- подскоки на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног на одном месте;
- тройные подскоки на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног;
- простые подскоки: на месте и с продвижением (вперёд и назад);
- основной ход танца «Крыжачок»;
- поочерёдное выбрасывание ног на каблук вперёд;
- тройные притопы с поклонами;
- присядка на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног с продвижением из стороны в сторону для мальчиков).

- **Движения Польки**
- шаг польки: на месте, вокруг себя, с продвижением вперёд и назад;
- простые подскоки в повороте (парами под руку);
- боковой галоп.

Маленький этюд на основе движений белорусского народного танца.

ТАНЦЫ ПРИБАЛТИЙСКИХ ГОСУДАРСТВ

Эстонские, литовские, латвийские танцы не очень сложны технически и доступны для усвоения детьми.

Композиция этих танцев и их игровое содержание помогают развивать координацию и выносливость у детей.

На втором году обучения предлагаются элементы танцев «Козлик» и элементы Польки.

Положения рук
- положение рук в сольном танце;
- положение рук в массовых и парных танцах;
- подготовка к началу движения.

Движения танца «Козлик»
- положение ног в танце;
- положение рук в танце;
- простые шаги на приседании;
- прискоки с ноги на ногу на месте и с продвижением;
- прыжки из 1-ой прямой позиции ног во 2-ую прямую позицию и обратно;
- прыжки с выбрасыванием ноги в сторону;
- прыжки с перекрещенными ногами;
- прыжки с поднятыми ногами: на месте и с продвижением вперёд и назад.

Движения Польки
- шаг польки: на месте, вокруг себя, с продвижением вперёд и назад;
- простые подскоки в повороте (парами под руку);

- боковой галоп.

Маленький этюд на основе движений прибалтийского танца.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

Упражнения на ориентировку в пространстве

- Перестроение из одного круга в два.
- Перестроение из колонны по одному человеку в колонну по три человека (тройки).
- Перестроение из колонны по одному человеку в колонну по четыре человека (четвёрки).
- Перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки.
- Перестроение из большого круга в большую звезду и т.д.

Этюды и танцы

- «Куклы – неваляшки» – этюд.
- «Полька» – этюд.
- «Полонез» – этюд.
- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений белорусского народного танца.
- Этюд на основе движений прибалтийского танца.
- Детские танцы.
- «Полкис».
- «Сударушка».
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Сведения о балетах П. И. Чайковского «Лебединое озеро» и «Щелкунчик».
- Старинные костюмы и причёски, манера движений персонажей в сказочных спектаклях – балетах «Золушка», «Спящая красавица».

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- теоретический программный материал;
- правила культуры общения и поведения;
- хореографические комбинации;
- элементы актёрской техники;
- историю хореографии, выдающихся педагогов, танцовщиков.

Обучающиеся должны уметь:

- эмоционально отображать в движении характер музыкального произведения;
- выполнять движения в различных темпах, с различной силой и амплитудой, в зависимости от динамических оттеков музыки;
- более точно выполнять движения классического и народно – сценического танца при правильной постановке рук и ног;
- артистично и выразительно исполнять танцевальные комбинации и этюды;
- осознанно относиться к учебному материалу.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- творческой активности, здорового образа жизни;
- культуры поведения и общения.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 2-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)
1. Элементы классического танца	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис у палки и на середине зала. Хорошо выполняет и знает «позы».	Знает и умеет исполнять классический экзерсис у палки и на середине зала. Обладает навыками исполнения «поз», но путает между собой.
2. Элементы народно – сценического танца	Хорошо знает и исполняет народный экзерсис у палки и на середине зала. Различает характер исполнения элементов.	Знает, умеет и обладает навыками исполнения народного экзерсиса, старается исполнять в характере народности.
3. Ритмика	Хорошо знает и исполняет упражнения и комбинации из элементов танцевально – ритмической гимнастики. Обладает хорошей чёткостью исполнения, чувством ритма, координацией движения. Развита пластичность.	Знает и исполняет упражнения и комбинации из элементов танцевально – ритмической гимнастики. Слабая чёткость исполнения, есть чувство ритма, координация движения. Пластика присутствует.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо ориентируется в пространстве и в рисунке танца. Знает и умеет исполнять программный танец.	Ориентируется в пространстве и в рисунке танца. Знает, но не чётко исполняет программный танец.
5. Концертная деятельность	Постоянно участвует в концертной деятельности коллектива, фестивалях, конкурсных программах.	Участвует в концертной деятельности коллектива, смотрах.
6. Личностные качества	Эмоциональный, проявляет навыки культуры поведения и общения. Проявляет стремление к здоровому образу жизни.	Трудолюбивый, общительный. Стремится к здоровому образу жизни.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2-ой год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Классический танец	▪ Сбор участников коллектива. Знакомство с детьми, расстановка на места. Внешний вид	Практическое занятие

		учащихся. Повторение материала прошлого года: ▪ постановка корпуса и положение рук на палке; ▪ позиции ног и рук в классическом танце.	2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	Повторение материала прошлого года: ▪ разминка на середине зала; ▪ упражнения экзерсиса по партерной гимнастике.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie по 1-ой позиции ног (лицом к станку). ▪ Понятие об опорной и работающей ноге.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	▪ Повторение темы «Музыкальные размеры»; ▪ ритмические хлопки. ▪ Отработка упражнений экзерсиса по партерной гимнастике.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Первоначальное изучение battement tendu из 1-ой позиции ног (лицом к станку). Исполняется раздельно в медленном темпе в размере 4/4.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Ритмика и партерная гимнастика	▪ Ритмика: «Строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение». ▪ Знакомство с понятием музыкальных размеров:4/4,2/4,3/4. ▪ Партерная гимнастика: стоять на коленях, прогибаться назад, ложиться на колени; сидеть, вытянув ноги вперёд, руками доставать носки пальцев, ложиться на спину и вставать.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu и demi-plie в сторону из 1-ой позиции ног (лицом к станку). ▪ Показ 2 – ой позиции ног выворотно (лицом к станку).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Battement tendu jete из 1-ой позиции в сторону, фиксируя точки условно на высоте 25^0 – на уровне cou-de-pied (лицом к станку).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика	Элементы музыкальной грамотности: ▪ Знакомство с длительностями: целая нота, ½,1/4,1/8. ▪ Знакомство с темпами: медленный, умеренный, быстрый. ▪ Точное начало и окончание движения вместе с началом и концом музыкальной части и фразы. Ритмические упражнения и игры: ▪ Знакомство с понятиями: интервал, дистанция. Повороты направо, налево, кругом. Построение в	Практическое занятие 2 ч.

		колонну, в шеренгу. ▪ Марш: на месте с высоко поднятым коленом и вытянутым носком. По кругу танцевальным шагом (с носка) игры развивающие фантазию. ▪ Построение на марше в колонну, в шеренгу в круг (парами, четвёрками), змейка продольная и поперечная.	
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Первоначальное изучение battement tendu из 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку). Элементы экзерсиса на середине зала: ▪ Подготовительное положение рук и 1-ая позиция рук.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	▪ Выставление ноги на каблук вперёд и в сторону. ▪ «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. ▪ Прыжки по 6 позиции с вытянутым подъёмом и коленями. ▪ Разучивание элементов танцевального этюда «Полька».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Passe par terre по 1-ой позиции ног. ▪ Saute по 1-ой позиции (прыжок лицом к станку). ▪ Demi-plie по 2-ой позиции (лицом к станку). Движения раздела allegro: ▪ Saute по 1-ой позиции.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Ритмика	Элементы музыкальной грамотности: ▪ Марш с последовательным началом движения: на целую ноту,1/2,1/4. ▪ Тактирование музыкальных приёмов. ▪ Хлопки в ладоши и притопы ногами в различных ритмических рисунках. Ритмические упражнения и игры: ▪ «горячо – холодно» (форте – пьяно, легато – стаккато); ▪ «третий лишний» (на окончание музыкальной фразы); ▪ игры организующего порядка с моментом соревнования (кто быстрее сделает «плетень»).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu назад по 1-ой позиции ног. ▪ Double battement tendu.	Практическое занятие 2 ч.

октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Проучивание 3-ей и 5-ой позиций ног выворотно (лицом к станку). ▪ Закрепление и отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	Ритмические упражнения и игры: ▪ Шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперёд накрест перед опорной ногой (на раз – два). ▪ Три шага в сторону и кик (на раз – два – три – четыре). ▪ Три шага в сторону и «топ» (удар) с хлопком (на раз – два – три – четыре): «пружинка» с шагом (на затакт – присесть, на раз – шагнуть вправо, выпрямляя колени, и – присесть, два – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени). ▪ Игры, развивающие фантазию.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Перегибы корпуса назад и вперёд. ▪ Закрепление и отработка движений экзерсиса у станка.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete вперёд из 1-ой позиции ног. ▪ Battement tendu jete назад из 1-ой позиции ног. ▪ Releve на п/п по 1-ой и 2-ой позициям ног (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Вторая позиция рук.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Понятие: en dehors и en dedans. ▪ Demi rond de jambe par terre (по половине круга, которое проделывается en dehors и en dedans). ▪ Releve на п/п с demi-plie по 1-ой и 2-ой позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Третья позиция рук. Упражнения на ориентировку в пространстве: ▪ Перестроение из одного круга в два.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe par terre, полный круг (с остановками на точках) en dehors и через несколько дней – en dedans (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Первое port de bras. ▪ Releve по 1-ой и 2-ой позиции ног. Упражнения на ориентировку в пространстве: ▪ Перестроение из колонны по одному человеку в колонну по три человека. ▪ Перестроение из колонны по одному человеку в	Практическое занятие 2 ч.

		колонну по четыре человека.	
ноябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на 25^0 в сторону (лицом к станку) по 1-ой позиции ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 1-ой позиции ног в сторону. Упражнения на ориентировку в пространстве: ▪ Перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки. ▪ Перестроение из большого круга в большую звезду и т.д.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Ритмика	Ритмические упражнения и игры: ▪ Прыжки с согнутыми коленями по 6 позиции. ▪ Бег с подниманием выпрямленных ног вперёд и назад. ▪ Шаг и подскок вперёд – назад (на раз – и – два – и) – подготовка к шагу польки. ▪ Наклоны корпуса: вперёд, назад, вниз, вправо, влево. ▪ Игры и этюды, развивающие актёрские навыки: «не пролить полной чаши», «перейти ручеёк».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Положение ноги sur le cou-de-pied спереди и сзади (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 1-ой позиции ног вперёд. ▪ Battement tendu по 1-ой позиции ног назад. ▪ Battement tendu и demi-plie по 1-ой позиции ног в сторону. ▪ Battement tendu jete по 1-ой позиции ног в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Ритмика	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на 25^0 по 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку).	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Battement releve lent на 25^0 по 1-ой позиции ног назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi-plie по 2-ой позиции ног. ▪ Demi-plie по 3-ей и 5-ой позициям ног.	
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Позиции ног в народно – сценическом танце.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Отработка танца «Вару – Вару».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Позиции и положение рук в народно – сценическом танце.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Отработка танца «Вару – Вару».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Положение ноги sur le cou-de-pied спереди и сзади (лицом к станку). ▪ Положение ноги sur le cou-de-pied условное (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Повторение и отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Характерные battement tendu из 3-й позиции ног (носок – каблук – носок). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: раскрывание и закрывание рук: ▪ одной руки; ▪ двух рук; ▪ поочерёдное раскрывание рук; ▪ переводы рук в различные положения.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к танцу «Падеграс».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к танцу «Падеграс».	Практическое занятие

			2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement soutenu по 1-ой позиции ног вперёд (лицом к станку). ▪ Battement soutenu по 1-ой позиции ног назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Повторение и отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «верёвочке». Тема: «Русский народный танец». Основные движения: Поклоны: ▪ на месте без рук и с руками; ▪ с продвижением вперёд и отходом назад. Притопы: ▪ одинарные (женские и мужские); ▪ тройные (женские и мужские).	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Падеграс».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Падеграс».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «штопору» и «штопор». Тема: «Русский народный танец». Основные движения: Шаги: ▪ простой (бытовой) шаг вперёд с каблука; ▪ простой (бытовой) шаг вперёд с носка; ▪ простой русский шаг назад через п/п на всю ступню.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Отработка танца «Падеграс».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Saute по 2-ой позиции ног (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Падеграс».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно –	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое

	сценический танец		занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над движениями к танцу «Полонез».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Saute по 3-ей и 5-ой позициям ног (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement soutenu по 1-ой позиции ног в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Тема: «Русский народный танец». Основные движения: Шаги: ▪ простой русский шаг с притопом и продвижением вперёд; ▪ простой русский шаг с притопом и продвижением назад; ▪ боковой шаг на всей ступне и на п/п по прямой позиции.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над движениями к танцу «Полонез».	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement soutenu по 1-ой позиции ног вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «гармошка»; ▪ «ёлочка»; ▪ «припадание»; ▪ перескоки с ноги на ногу и на всю ступню (подготовка к дробям).	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Полонез».	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Полонез».	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Вальсовая дорожка по 6-ой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» простая; ▪ «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; ▪ «ключ» простой.	Практическое занятие 2 ч.

март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Отработка танца «Полонез».	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к танцу «Полкис».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Па вальса с остановками.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Основные движения: Хлопки и хлопушки (для мальчиков): ▪ хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары); ▪ хлопки и хлопушки в ладоши, по бедру, по голенищу сапога. Присядки (для мальчиков): ▪ подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по прямой свободной позиции; ▪ покачивание на приседании по 1 – й прямой и свободной позициям; ▪ подскоки на приседании на двух ногах по 1 – й прямой и свободной позициям; ▪ присядка на 2 – х ногах по 1 – й прямой и свободной позициям ног с вынесением ноги на каблук вперёд и в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к танцу «Полкис».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поклон с demi-plie нога сзади на носке (для девочек).	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ Повторение и отработка изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Полкис».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений русского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к этюду «Сударушка».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений русского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.

апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к этюду «Сударушка».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Па галопа в повороте.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Белорусский народный танец». Основные движения: ▪ положение рук. Движения танца «Крыжачок». Основные движения: ▪ притопы одинарные; ▪ подскоки на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног на одном месте; ▪ тройные подскоки на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног; ▪ простые подскоки: на месте и с продвижением (вперёд и назад); ▪ основной ход танца «Крыжачок»; ▪ поочерёдное выбрасывание ног на каблук вперёд; ▪ тройные притопы с поклонами; ▪ присядка на двух ногах по 1-ой прямой позиции ног с продвижением из стороны в сторону для мальчиков).	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над этюдом «Сударушка».	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Saute по 3-ей и 5-ой позициям ног (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Повторение и отработка изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Белорусский народный танец». Движения танца «Полька». Основные движения: ▪ шаг польки: на месте, вокруг себя, с продвижением вперёд и назад; ▪ простые подскоки в повороте (парами под руку); ▪ боковой галоп; ▪ повторение и отработка изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над этюдом «Сударушка».	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: Повторение и отработка изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Второе port de bras. Движения раздела allegro: ▪ Saute по 1-ой; 2-ой; 3-ей и 5-ой позициям ног. позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Белорусский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений белорусского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над этюдом «Сударушка».	Практическое занятие

			2
май	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы Прибалтийских государств». Основные движения: ▪ положение рук. Движения танца «Козлик». Основные движения: ▪ положение ног в танце; ▪ положение рук в танце; ▪ простые шаги на приседании; ▪ прискоки с ноги на ногу на месте и с продвижением; ▪ прыжки из 1-ой прямой позиции ног во 2-ую прямую позицию и обратно; ▪ прыжки с выбрасыванием ноги в сторону; ▪ прыжки с перекрещенными ногами; ▪ прыжки с поднятыми ногами: на месте и с продвижением вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над этюдом «Сударушка».	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 216 часов			

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 9 – 10 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – базовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 9-10 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: повышать техническую сторону танца, выработать силу и гибкость, мягкость и точность движений. Повышать творческую активность, научить импровизации.

Задачи:

обучающие:

- развивать способность к выразительному исполнению танцевальных этюдов и танцев, умение импровизировать под незнакомую музыку;
- углублять и усовершенствовать полученные знания, умения и навыки;

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

- продолжить работу над развитием творческих способностей посредствам актёрского мастерства.

развивающие:

- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость и координацию);
- формировать стремление к творческой деятельности;
- развить познавательные интересы, на основе расширения знаний об окружающей действительности;
- развить умение работать над собой, оценивать действия товарищей.
- выполнять выученные движения и комбинации самостоятельно и точно.

воспитательные:

- воспитывать у детей сознательное отношение к учебному материалу;
- воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций;
- воспитывать ответственность за свои действия;
- воспитывать ответственность за судьбу родного края;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения. Движения рук, ног, головы у них более согласованны, поэтому на этом этапе обучения к ним можно повысить требовательность к точности выполнения движений. Значительно расширяется объём работы над тренировочными упражнениями.

Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.
В неделю вырабатывается – 8 часов.
В месяц – 32часа.
В год – 288 часов.
В конце учебного года проводится открытое занятие. Планируется участие воспитанников в концерте. Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
	Раздел I				
1.1	Организационное занятие	беседа	1	1	-
	Раздел II. Ритмика		4	-	4
2.1	Элементы музыкальной грамоты	музыкально – танцевальная импровизация	1	-	1
2.2	Ритмические упражнения и игры	обучающее занятие	1	-	1
2.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	креативная гимнастика	1	-	1
2.4	Развитие актёрской выразительности	танцевально-игровое творчество, импровизация	1	-	1
	Раздел III. Танцевальная азбука		198	9	189
3.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	72	4	68
3.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	72	4	68
3.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	54	1	53
	Раздел IV				
4.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация	70	-	70
	Раздел V				
5.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	3	3	-
	Раздел VI				
6.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	4	-	4
	Раздел VII				
7.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	8	4	4
		Итого:	288	17	271

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Ритмика:
- элементы музыкальной грамоты;
- ритмические упражнения и игры;
- развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- развитие актёрской выразительности.

2. Танцевальная азбука:
- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

3. Танцевальные этюды и танцы.

4. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:
- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.

РИТМИКА

Цель: разучивание этюдов и танцев, выполнение выученных движений и комбинаций более точно в артистичной и выразительной манере исполнения.

1. Элементы музыкальной грамоты:
- характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении на новом музыкальном материале;
- затакт, затактовые построения;
- пунктирный ритм;
- длительности;
- понятие об акценте, умение выделить акценты;
- понятие о метрической пульсации и паузах;
- понятие о ритмическом рисунке и метре. Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых. Умение определять музыкальный размер и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.

2. Ритмические упражнения и игры:
- игры с музыкальными заданиями «Птицы в клетке»;
- 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;
- особое внимание уделяется маршевой и танцевальной музыке. Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров: вальс, полька, русский народный танец. Уметь самостоятельно находить нужные движения и исполнять их в соответствующем жанру характере, импровизировать на заданную музыку;

- дети должны уметь самостоятельно начинать движение из – за такта и в такт, вступать в коллективное движение «каноном» в различных ритмах и темпах, с различным интервалом.

3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:

- занятия по партерной гимнастике.

4. Развитие актёрской выразительности:

- игры на развитие воображения «Маски» и т.д.;
- усвоив понятие «жест» и его значение в танце, учащиеся переходят к работе различных жестов – указательных, запрещающих, утверждающих, просящих, жестов выражающих эмоциональное состояние: радость, печаль, раздумье и прочие;
- к понятию «жест» добавляется понятие «поза»;
- на завершающем этапе начального обучения учащиеся должны уметь передавать услышанное в музыке мимикой и жестами;
- исполнение пластических этюдов с воображаемыми предметами: надувание шарика, игра с мячом и т.д.;
- развитию актёрской выразительности послужат сценки подражания повадкам животных: этюды – «кошка», «петух», «лисичка» и т.д.;
- упражнения на тренировку внимания – со зрительного на слуховое или осязательное.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

Дальнейшее развитие силы ног происходит путём увеличения количества упражнений и их усложнения.
Необходимо содействовать физическому развитию детей, развивать координацию движений.
Введение экзерсиса на середине зала.
Особое внимание должно быть обращено на качество музыкального оформления уроков. Необходимо остерегаться сведения его к сухому отбиванию такта – счёта. Музыкальное оформление должно прививать учащимся эстетические навыки, осознанное отношение к музыкальному произведению – умение слушать музыкальную фразу, ориентироваться в характере музыки, ритмическом рисунке, динамике.
Весь урок должен быть построен на музыкальном материале. Переходы от упражнений у палки к упражнениям на середине зала и обратно, а также поклоны при входе в класс и после окончания урока должны быть музыкально оформлены, чтобы ученики привыкли организовывать свои движения согласно с музыкой.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку прямо и стройно держаться, свободно двигаться, навыки координации движений, танцевальности, музыкальности и выразительного исполнения движений.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Постановка корпуса и положение руки на палке (боком к станку).

- Поднимание руки из подготовительного положения в 1-ую позицию (боком к станку).
- Preparation – открывание руки через 1-ую позицию во 2-ую перед началом движения.
- Demi-plie по 4-ой и 5-ой позициям ног.
- Grand-plie по 1-ой позиции ног (лицом к станку).
- Комбинация на demi-plie.
- Battement tendu по 5-ой позиции ног по всем направлениям. Первоначальное изучение лицом, затем боком к станку.
- Battement tendu с demi-plie по 5-ой позиции по всем направлениям (боком к станку).
- Комбинация на battement tendu.
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног по всем направлениям (лицом к станку).
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног по всем направлениям (боком к станку).
- Комбинация на battement tendu jete.
- Preparation к rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Третья позиция рук.
- Rond de jambe par terre – полный круг с остановками на точках en dehors и en dedans (лицом к станку).
- Открывание ноги из положения sur le cou-de-pied вперёд (подготовка к battement frappe), первоначальное изучение (лицом к станку).
- Подготовка к battement frappe назад (лицом к станку).
- Battement tendu по 1-ой позиции по всем направлениям (боком к станку).
- Petit battement sur le cou-de-pied, первоначальное изучение – раздельно (лицом к станку).
- Double battement frappe в сторону (лицом к станку).
- Grand-plie по 2-ой, 3-ей, 5-ой позициям ног (лицом к станку).
- Battement releve lent на 45^0 по всем направлениям (боком к станку).
- Battement releve lent в сторону на 90^0 (лицом к станку).
- Поднимание на полупальцы по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициях ног (лицом к станку).
- Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Battement fondu в сторону, вначале раздельно и на основном sur le cou-de-pied спереди, а через несколько уроков по всем направлениям (лицом к станку).
- Battement developpe в сторону (лицом к станку).
- Grand battement jete в сторону (лицом к станку).
- Battement tendu с demi-plie в 4-ую позицию ног вперёд и назад (без перехода, с переходом с опорной ноги).
- Battement fondu на «условном» sur le cou-de-pied спереди слитно.
- Battement developpe по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку).
- Grand battement jete по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку).
- Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей, 4-ой, 5-ой позициям ног (боком к станку).
- Подготовка к rond de jambe en l`air (лицом к станку).
- Battement soutenu.
- Battement releve lent вперёд на 90^0 (боком к станку).
- Battement developpe вперёд (боком к станку).
- Grand battement jete по 5-ой позиции ног вперёд (боком к станку).
- Rond de jambe par terre (боком к станку).
- Battement releve lent по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку).

- Battement developpe по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку).
- Grand battement jete по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку).
- Rond de jambe en l`air (лицом к станку).
- Battement frappe на 25^0 по всем направлениям (боком к станку).
- Double battement frappe на 25^0 (боком к станку).
- Battement fondu на 25^0 (боком к станку).
- Battement releve lent на 90^0 назад (боком к станку).
- Battement developpe назад (боком к станку).
- Rond de jambe en l`air (боком к станку).
- Grand rond de jambe par terre (обвод) на demi – plie, после rond de jambe par terre en dehors и en dedans (боком к станку).
- Grand battement pointe вперёд, в сторону и назад (боком к станку).
- Перегиб корпуса (назад) лицом к палке, затем третье port de bras.
- Releve на полупальцах по 1-ой , 2-ой и 5-ой позициям ног (боком к станку).
- Позы: epaulement croisee и effacee, ecartee вперёд и назад.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Открывание рук из 3-ей позиции во 2-ую.
- Demi-plie по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Battement tendu по 1-ой позиции ног по всем направлениям.
- Battement tendu с demi-plie по 1-ой позиции ног по всем направлениям.
- Battement tendu jete по 1-ой позиции ног по всем направлениям.
- Battement tendu по 5-ой позиции ног по всем направлениям.
- Battement tendu с demi-plie по всем направлениям.
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног по всем направлениям.
- Releve на полупальцах по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Поза epaulement croisee вперёд.
- Поза epaulement croisee назад.
- Поза epaulement effacee вперёд.
- Поза epaulement effacee назад.
- Preparation к rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Battement fondu носком в пол по всем направлениям.
- Battement soutenu по всем направлениям.
- Battement frappe в сторону (вначале равномерное открывание и закрывание рабочей ноги), носком в пол.
- Double battement frappe в сторону, а затем по всем направлениям, носком в пол.
- Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей и 5-ой позициям ног, en face.
- Поза ecartee вперёд.
- Поза ecartee назад.
- Petit battement sur le cou-de-pied.
- Battement frappe и double battement frappe по всем направлениям на 25^0.
- Battement releve lent на 45^0 в сторону, затем вперёд.
- Battement releve lent назад на 45^0.
- Battement developpe в сторону, а затем вперёд.
- Battement developpe назад.

- Battement releve lent в сторону и вперёд на 90^0, а затем назад.
- Grand battement jete в сторону и вперёд.
- Grand battement jete назад.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro
- Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Changement de pieds.
- Pas echappe.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации

На третьем году обучения продолжается изучение элементов народно – сценического танца у станка, которые затем можно перенести на середину зала, составляются более сложные танцевальные комбинации, способствующие развитию координации движений учащихся.

Продолжается изучение элементов русского танца, вводятся элементы украинского и итальянского танцев, постепенно усиливаются нагрузки, активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты.

На середине зала допускаются построения несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну.

Практические занятия:

Движения экзерсиса
- Demi-plie и grand-plie по всем позициям ног (у станка).
- Battement tendu («каблучный»).
- Battement tendu jete (броски в движении со стопой).
- Подготовка к «верёвочке».
- Battement tendu «каблучный» на demi-plie.
- Battement tendu jete на demi-plie.
- Battement tendu jete на demi-plie на опорной ноге с двойными бросками, battement tendu jete на demi-plie и с работающей опорной пяткой.
- Battement fondu на 45^0.
- Flic-flac.
- Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги из 1-ой позиции (лицом к станку).
- Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги из 1-ой позиции (прямой).
- Растяжка (лицом к станку).

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Шаги:

- «шаркающий шаг» (каблуком по полу);
- «переменный»;
- «девичий ход» с переступаниями;
- с фиксацией, одной ноги около икры другой и продвижением вперёд и назад.

2. Дробные движения:

- простая дробь на месте;
- тройная дробь (поочерёдные выстукивания всей стопой на месте и с продвижением вперёд);
- простая дробь п/п на месте и с продвижением вперёд.

3. Основные движения:

- припадание (с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги);
- перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции с передвижением в сторону;
- поочерёдное выбрасывание ног перед собой (на месте, в продвижении вперёд и с отходом назад);
- моталочка» (в прямом положении на п/п и с акцентом на всей стопе);
- «верёвочка» с двойным ударом п/п;
- «верёвочка» простая с поочерёдными переступаниями;
- «ковырялочка» с подскоками;
- «ключ» простой на подскоках;
- прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях).

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Условно украинские танцы можно поделить на три вида: хороводы, бытовые и сюжетные танцы. К хороводным танцам относятся танцы и игры, исполняемые в разное время года, например, «веснянки» – весенние танцы, «метелицы» – зимние. И если веснянки исполняются медленно и в них под пение разыгрываются различные сценки, то метелицы – это своеобразный композиционный вихрь.

Такие танцы, как: гонте, гопак, казачок, раньше являлись демонстрацией мужества, ловкости, умения владеть оружием. Гопак – танец импровизационный, танец радости и веселья – позволяет показать индивидуальное мастерство.

К бытовым танцам относятся польки, кадрили, казачки, гуцулки и т.д. среди сюжетных танцев много трудовых: «Шевчик» (сапожник), «Бондарь», «Лесорубы», «Рукодельница», «Аркан» и другие.

Положение рук

- все держатся за руки внизу;
- все держатся за руки наверху;
- руки перекрещены впереди;
- руки перекрещены сзади. Юноши держат руки над руками девушек;
- руки лежат на плечах;
- девушки стоят друг за другом, положив правые руки на правые плечи стоящих впереди, а левые руки на свои правые плечи.

Движения танца

- прыжок;
- «верёвочка» простая; с переступаниями, в повороте;

- «дорожка» простая (припадание с продвижением в сторону и с поворотом);
- «дорожка» плетёная.
- «дорожка» плетёная (припадание с продвижением в сторону, со сменой позиции ног, вперёд и назад в перекрещенном положении);
- «выхилясник» с упаданием;
- «выхилясник», «ковырялочка»;
- простой притоп;
- тройной притоп;
- простой танцевальный шаг;
- переменный шаг вперёд и назад;
- «бигунец» (вперёд и назад);
- украинские переступания;
- «ковырялочка» с выпрямлением ноги;
- падебаск;
- «голубец»;
- подготовка к «качалочке» и «качалочка»;
- «маятник» – в прямом положении.

Маленький этюд на основе движений украинского народного танца.

ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и чёткой координации движений.
Характер танца быстрый и жизнерадостный.

Движения танца «Тарантелла»

- движение рук с тамбурином (удары пальцами и тыльной стороной ладош; мелкие непрерывные движения кистью «трель»);
- скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад);
- шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад: (с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад);
- бег «Тарантеллы» на месте и с продвижением вперёд;
- шаг с подскоком, с одновременным броском и сгибанием ноги в колене;
- перескоки с ноги на ногу;
- подскоки в п/приседании и на п/пальцах по 3-ей свободной позиции (на месте и в повороте);
- соскоки двумя ногами во 2-ую свободную позицию (с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой);
- вращение на подскоках с продвижением вперёд по диагонали;
- вращение с продвижением («моталочки»);
- бег (с откидыванием ног назад);
- chainee;
- маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу;
- маленький прыжок на одну ногу вперёд с одновременным откидыванием другой, согнутой ноги на 45^0 или на 90^0 (на месте и с продвижением).

- тройное переступание с ноги на ногу;
- повороты внутрь и наружу с поочерёдным переступанием по 5-ой свободной позиции ног;
- повороты внутрь и наружу на одной ноге, вытянутая стопа другой ноги у щиколотки спереди или сзади в открытом положении.

Маленький этюд на основе движений итальянского сценического танца «Тарантелла».

3. Движения джазового танца и современных танцевальных стилей

Задачи:
- движения изолированных центров;
- взаимосвязь дыхания и движения;
- упражнения stretch – характера;
- развитие грудной клетки, тазобедренного сустава, коленного сустава, голеностопа.

Практические занятия:

Позиции ног
- пять прямых – 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я;
- пять свободных.

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями ног.

Позиции и положения рук
- 1-я, 2-я, 3-я позиции, соответствующие 1-й, 2-й, и 3-й позициям рук классического танца;
- 1-е положение рук – руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Все пять пальцев раскрыты, кисти повёрнуты к себе на уровне груди;
- 2-е положение рук – руки раскрыты в стороны на уровне плеч. Все пять пальцев раскрыты, ладонь повёрнута к зрителю;
- 3-е положение рук – руки согнуты в локтях, которые опущены вниз, кисть находится на уровне плеч. Все пять пальцев раскрыты, ладонь повёрнута к себе;
- 4-е положение рук – руки выпрямлены в локтях и направлены вверх. Все пять пальцев раскрыты, кисти обращены к зрителю.

Движения экзерсиса
- расслабление мышц шеи (наклоны головы вперёд, назад, вправо, влево);
- круговое движение плечами вперёд, назад;
- постепенное поднимание прямых рук вверх через стороны с одновременным сжиманием и разжиманием пальцев в кулаках;
- поочерёдный удар подушечками пальцев – мизинца, безымянного, среднего и указательного о подушечку большого пальца;
- наклоны корпуса вправо, влево, вперёд, назад;
- повороты корпуса вправо, влево;
- понятие «контракции» и «релакции»;
- упражнение «кинжал»;
- demi-plie по1-ой свободной позиции ног;

- releve по 1-ой свободной позиции ног;
- различные формы port de bras;
- battement tendu по 1-ой свободной позиции ног.

Упражнения в партере

- проработка на полу положений ног – flex, point;
- проработка на полу положений корпуса: contraction, release;
- закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз – танца;
- изолированная работа мышц в положении лёжа;
- изолированная работа мышц в положении сидя;
- изолированная работа стоп: flex, point в положении лёжа;
- изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя;
- круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям;
- поочерёдная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот;
- фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя;
- выходы на маленькие мостики;
- упражнения stretch – характера в положении лёжа;
- упражнения stretch – характера в положении сидя;
- дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Упражнения на середине зала

- основные позиции ног в джаз – танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр;
- основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4;
- изолированная работа головы в положении стоя;
- изолированная работа плеч в положении стоя;
- изолированная работа рук в положении стоя;
- изолированная работа грудной клетки в положении стоя;
- изолированная работа бёдер (пелвис) в положении стоя;
- изолированная работа ног, стоп в положении стоя.

Кросс

- три шага вперёд с правой ноги, grand battement jete левой ногой;
- три шага вперёд, затем подскок на левой ноге, правая нога – сгибается в колене;
- боковой галоп в повороте на 180^0.

Ожидаемый результат

Ожидаемый результат на данном этапе освоения программы – правильное выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся:

- движения изолированных центров;
- взаимосвязь дыхания и движения;
- упражнения stretch – характера;
- подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений украинского народного танца.
- Этюд на основе движений итальянского сценического танца.
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.

- «Фигурный вальс» – этюд.
- «Полька» – этюд.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Балет П. И. Чайковского «Щелкунчик» (идеи добра и зла, персонажи – носители идей спектакля, известные исполнители).
- Знакомство с танцевальными коллективами Костромской области.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:
- законы драматургии;
- терминологию классического, народного, современного танцев.

Обучающиеся должны уметь:
- выполнять выученные движения, комбинации, этюды и танцы самостоятельно, точно и в более артистичной и выразительной манере исполнения;
- грамотно использовать современные технические средства концертной деятельности (точки сцены, фонограмма, костюм, общий образ исполнителя, связь со зрителем);
- работать над собой, осознанно относиться к учебному материалу

Обучающиеся должны обладать навыками:
- художественной выразительности исполнения танца (применять пластику для выражения танцевального образа, использование приёмов создания художественного образа, первоначальные знания о законах сценического движения, общая хореографическая культура учащихся);
- самостоятельной постановки композиций;
- выступления (подготовка к концертной деятельности учащихся, создающих индивидуальный и коллективный репертуары);
- здорового образа жизни.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 3-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)	Низкий (3 – 1 баллов)
1.	Обладает высокой	Хорошо владеет	Слабо владеет изученным

Классический танец	технической базой классического танца. Выработана сила ног, выворотность, мягкость и точность движения.	изученным материалом. Стремится повысить свой уровень.	материалом. Нуждается в помощи педагога, при выполнении сложных упражнений.
2. Народно – сценический танец	Хорошо владеет знаниями и умениями в народном – сценическом танце. Технично исполняет комбинацию из танцевальных шагов, обладает большим танцевальным шагом. Умеет применять знания на практике.	Владеет знаниями и умениями в народном – сценическом танце, на данном уровне. Исполняет комбинацию из танцевальных шагов. Пытается применять знания на практике.	Слабо владеет изученным материалом. Не умеет применять знания на практике.
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальные стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо знает законы драматургии. Самостоятельно работает над образом в танце. Самостоятельно составляет композиции и танцы. Хорошо знает и исполняет программный танец, передает характер и сюжетную линию танца.	Знает законы драматургии. Пытается самостоятельно работать над образом в танце. При самостоятельной работе нуждается в помощи педагога. Знает и исполняет на своём уровне программный танец, передает сюжетную линию танца, но нуждается в работе над характером и образом.	Плохо знает законы драматургии, не умеет их использовать на практике. Пытается работать самостоятельно, но нуждается в помощи педагога, при работе над образом. Слабо знает и исполняет программный танец. Не передаёт характер и сюжетную линию танца.
5. Концертная деятельность	Постоянно и с удовольствием участвует в концертах, фестивалях, конкурсных программах. Выступает инициатором идей.	Участвует в концертах, фестивалях, конкурсных программах. Активен – помощник педагога.	Участвует в концертной деятельности коллектива. Малоактивен.
6. Личностные качества	Есть чувство патриотизма. Стремится к здоровому образу жизни. Умеет видеть красоту окружающего мира. Обладает нравственными ценностями.	Ответственный. Стремится к здоровому образу жизни. Умеет видеть красоту окружающего мира.	Стремится к здоровому образу жизни. Умеет видеть красоту окружающего мира.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
3-ий год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Народно – сценический	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ.	Практическое занятие

	танец	▪ Повторение материала прошлого года по народно – сценическому танцу.	2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Джазовый танец: ▪ Позиции ног в джазовом танце. ▪ Положение и позиции рук в джазовом танце.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса (у станка и на середине зала).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie и grand-plie по всем позициям. ▪ Battement tendu («каблучный»). ▪ Комбинация на разогрев стопы.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Расслабление мышц шеи (наклоны головы вперёд, назад, вправо, влево). ▪ Круговое движение плечами вперёд, назад.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Постановка корпуса и положение руки на палке (боком к станку). ▪ Поднимание руки из подготовительного положения в 1-ую позицию (держась одной рукой за станок). ▪ Preparation – открывание руки через 1-ую позицию во 2-ую перед началом упражнения (боком к станку). ▪ Demi-plie по 4-ой и 5-ой позициям ног. ▪ Grand-plie по 1-й позиции ног (лицом к станку). ▪ Комбинация на demi-plie.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete (броски в движении со стопой). ▪ Комбинация demi-plie и grand-plie (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Шаги: ▪ «шаркающий шаг» (каблуком по полу); ▪ «переменный»; ▪ «девичий ход» с переступаниями; ▪ с фиксацией, одной ноги около икры другой и продвижением вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Постепенное поднимание прямых рук вверх через стороны с одновременным сжиманием и разжиманием пальцев в кулаках. ▪ Поочерёдный удар подушечками пальцев – мизинца, безымянного, среднего и указательного о подушечку большого пальца. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Проработка на полу положений ног – flex, point.	Практическое занятие 2 ч.
	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu из 5-ой позиции ног по всем направлениям (лицом к станку).	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Battement tendu с demi-plie из 5-ой позиции ног по всем направлениям (боком к станку). ▪ Комбинация на battement tendu.	
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu «каблучный» (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка шагов русского танца.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Наклоны корпуса вправо, влево, вперёд, назад. ▪ Повороты корпуса вправо, влево. ▪ Понятие «контракции» и «релакции». Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete из 5-ой позиции ног по всем направлениям (лицом к станку). ▪ Battement tendu jete из 5-ой позиции ног по всем направлениям (боком к станку). ▪ Комбинация на battement tendu jete.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «верёвочке». Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ припадание; ▪ «верёвочка»; ▪ «ковырялочка» с подскоками.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie по1-ой свободной позиции ног. ▪ Releve по 1-ой свободной позиции ног. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Изолированная работа мышц в положении лёжа. ▪ Изолированная работа мышц в положении сидя.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Preparation к rond de jambe par terre en dehors и en dedans. ▪ Третья позиция рук (боком к станку). ▪ Rond de jambe par terre – полный круг с остановками на точках en dehors и en dedans (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Открывание рук из 3-ей позиции во 2-ую.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu «каблучный» на demi-plie. ▪ Battement tendu jete на demi-plie. Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ припадание (отработка); ▪ «верёвочка» (отработка); ▪ «ковырялочка» с подскоками (отработка).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 1-ой свободной позиции ног.	Практическое занятие

	джазового танца	Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Изолированная работа стоп: flex, point в положении лёжа. ▪ Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.	2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Открывание ноги из положения sur le cou-de-pied вперёд (подготовка к battement frappe), первоначальное изучение (лицом к станку). ▪ Подготовка к battement frappe назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi-plie по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. ▪ Battement tendu по 1-ой позиции ног по всем направлениям. ▪ Battement tendu с demi-plie по 1-й позиции ног по всем направлениям. ▪ Battement tendu jete по 1-ой позиции ног по всем направлениям.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Различные формы port de bras. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям. ▪ Поочерёдная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот. Упражнения на середине зала: ▪ Основные позиции ног в джаз – танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр. ▪ Основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu из1-ой позиции (боком к станку). ▪ Petit battement sur le cou-de-pied (лицом к станку). ▪ Double battement frappe в сторону (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu из 5-ой позиции ног по всем направлениям. ▪ Battement tendu с demi-plie по всем направлениям. ▪ Battement tendu jete по 5-ой позиции ног по всем направлениям.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно –	Движения экзерсиса у станка:	Практическое

	сценический танец	▪ Battement tendu jete на demi-plie на опорной ноге с двойными бросками, battement tendu jete на demi-plie и с работающей опорной пяткой. ▪ Растяжка (лицом к станку). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ припадание (с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги); ▪ перескоки с ноги на ногу по 3-ей свободной позиции с передвижением в сторону; ▪ поочерёдное выбрасывание ног перед собой (на месте, в продвижении вперёд и с отходом назад); ▪ «моталочка» (в прямом положении на п/п и с акцентом на всей стопе).	занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по 2-ой, 3-ей, 5-ой позициям ног (лицом к станку). ▪ Battement releve lent на 45^0 по всем направлениям (боком к станку). ▪ Battement releve lent в сторону на 90^0 (лицом к станку). ▪ Поднимание на п/п в 1-ой, 2-ой, 5-ой позициях ног (лицом к станку). ▪ Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Releve на полупальцах по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. Движения раздела allegro: ▪ Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» с двойным ударом п/п; ▪ прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях).	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ простая дробь на месте; ▪ тройная дробь (поочерёдные выстукивания всей стопой	Практическое занятие 2 ч.

		на месте и с продвижением вперёд); ▪ простая дробь п/п на месте и с продвижением вперёд.	
ноябрь	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя. ▪ Выходы на маленькие мостики.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu в сторону, вначале раздельно и на основном sur le cou-de-pied впереди, а через несколько уроков по всем направлениям (лицом к станку). ▪ Battement developpe в сторону (лицом к станку). ▪ Grand battement jete в сторону (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза epaulement croisee вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на па-тор-тье (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка дробных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu с demi-plie в 4-ую позицию вперёд и назад (без перехода, с переходом с опорной ноги). ▪ Battement fondu на «условном» sur le cou-de-pied спереди слитно. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза epaulement effacee вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на шаги русского танца. ▪ Комбинация на «верёвочку».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденных движений танца. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Упражнения stretch – характера в положении лёжа. ▪ Упражнения stretch – характера в положении сидя. ▪ Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на дробные выстукивания (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на «ковырялочку» с «моталочкой». ▪ Комбинация на дробные выстукивания.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Ритмика	Элементы музыкальной грамоты: ▪ Характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении на новом музыкальном материале. Ритмические упражнения и игры: ▪ Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров: вальс, полька, русский народный танец. Уметь самостоятельно находить нужные движения и исполнять их в соответствующем жанру характере, импровизировать на заданную музыку. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: ▪ Экзерсис партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка комбинаций и движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Положение рук: ▪ все держатся за руки внизу; ▪ все держатся за руки наверху; ▪ руки перекрещены впереди; ▪ руки перекрещены сзади (юноши держат руки над руками девушек); ▪ руки лежат на плечах; девушки стоят друг за другом, положив правые руки на правые плечи стоящих впереди, а левые руки на свои правые плечи.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку). ▪ Grand battement jete по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Preparation к rond de jambe par terre en dehors и en dedans. ▪ Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ прыжок; ▪ «верёвочка» простая; с переступаниями, в повороте; ▪ «дорожка» простая (припадание с продвижением в сторону и с поворотом); ▪ «дорожка» плетёная. ▪ «дорожка» плетёная (припадание с продвижением в сторону, со сменой позиции ног, вперёд и назад в перекрещенном положении).	Практическое занятие 2 ч.

декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения на середине зала: ▪ Изолированная работа плеч в положении стоя.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей, 4-ой, 5-ой позициям ног (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement fondu носком в пол по всем направлениям.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка комбинаций и движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ «выхилясник» с упаданием; ▪ «выхилясник», «ковырялочка»; ▪ простой притоп; ▪ тройной притоп; ▪ простой танцевальный шаг; ▪ переменный шаг вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения на середине зала: ▪ Изолированная работа рук в положении стоя.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на 45^0 по всем направлениям (боком к станку). ▪ Battement releve lent в сторону на 90^0 (лицом к станку). ▪ Поднимание на полупальцы по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициях ног (лицом к станку). ▪ Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement soutenu по всем направлениям.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка комбинаций и движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое

	танец		занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ «бигунец» (вперёд и назад); ▪ украинские переступания; ▪ «ковырялочка» с выпрямлением ноги.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ «падебаск; ▪ «голубец».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu в сторону, вначале раздельно и на основном sur le cou-de-pied спереди, а через несколько уроков по всем направлениям (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка комбинаций и движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнения на середине зала: ▪ Изолированная работа грудной клетки в положении стоя.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe в сторону (лицом к станку). ▪ Grand battement jete в сторону (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Движения раздела allegro: ▪ Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ подготовка к «качалочке» и «качалочка»; ▪ «маятник» – в прямом положении.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu с demi-plie в 4-ую позицию ног вперёд и назад (без перехода, с переходом с опорной ноги). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Движения раздела allegro: ▪ Changement de pieds.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu на «условном» sur le cou-de-pied спереди слитно. ▪ Battement developpe по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку). ▪ Grand battement jete по 5-ой позиции ног назад (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe в сторону (вначале равномерное открывание и закрывание рабочей ноги), носком в пол. ▪ Double battement frappe в сторону, а затем по всем направлениям, носком в пол. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей, 4-ой, 5-ой позициям ног (боком к станку). ▪ Подготовка к rond de jambe en l`air (лицом к станку).	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Battement soutenu. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 3-ей и 5-ой позициям ног, en face. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	
март	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ движение рук с тамбурином (удары пальцами и тыльной стороной ладош; мелкие непрерывные движения кистью «трель»); ▪ скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement soutenu. ▪ Battement releve lent вперёд на 90^0 (боком к станку). ▪ Battement developpe вперёд (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза ecartee вперёд и назад. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад: (с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад); ▪ бег «Тарантеллы» на месте и с продвижением вперёд; ▪ шаг с подскоком, с одновременным броском и сгибанием ноги в колене.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения на середине зала: ▪ Изолированная работа бёдер (пелвис) в положении стоя.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete по 5-ой позиции ног вперёд (боком к станку). ▪ Rond de jambe par terre (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied. Движения раздела allegro: ▪ Прыжки по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ перескоки с ноги на ногу; ▪ подскоки в п/приседании и на п/пальцах по 3-ей свободной позиции (на месте и в повороте); ▪ соскоки двумя ногами во 2-ую свободную позицию (с	Практическое занятие 2 ч.

		подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой).	
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Упражнения на середине зала: ▪ Изолированная работа ног, стоп в положении стоя.	Практическое занятие 2 ч.
	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку). ▪ Battement developpe по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку). ▪ Grand battement jete по 5-ой позиции ног в сторону (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe и double battement frappe по всем направлениям на 25^0. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ вращение на подскоках;; ▪ вращение с продвижением («моталочки»); ▪ бег (с откидыванием ног назад); ▪ chainee.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe en l`air (лицом к станку). ▪ Battement frappe на 25^0 по всем направлениям (боком к станку). ▪ Double battement frappe на 25^0 (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent на 45^0 в сторону, затем вперёд. ▪ Battement releve lent назад на 45^0. Движения раздела allegro: ▪ Changement de pieds.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу; ▪ маленький прыжок на одну ногу вперёд с одновременным откидыванием другой, согнутой ноги на 45^0 или на 90^0 (на месте и с продвижением). ▪ тройное переступание с ноги на ногу.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.

апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ повороты внутрь и наружу с поочерёдным переступанием по 5-ой свободной позиции ног; ▪ повороты внутрь и наружу на одной ноге, вытянутая стопа другой ноги у щиколотки спереди или сзади в открытом положении.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Три шага вперёд с правой ноги, grand battement jete левой ногой.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Три шага вперёд, затем подскок на левой ноге, правая нога – сгибается в колене.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu на 25^0 (боком к станку). ▪ Battement releve lent на 90^0 назад (боком к станку). ▪ Battement developpe назад (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe в сторону, а затем вперёд. ▪ Battement developpe назад. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». Основные движения: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Кросс: ▪ Боковой галоп в повороте на 180^0.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe en l`air (боком к станку). ▪ Grand rond de jambe par terre (обвод) на demi – plie, после rond de jambe par terre en dehors и en dedans (боком к станку). ▪ Grand battement pointe вперёд, в сторону и назад (боком к станку). ▪ Перегиб корпуса (назад) лицом к палке, затем третье port de bras. ▪ Releve на полупальцах по 1-ой , 2-ой и 5-ой позициям ног (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent в сторону и вперёд на 90^0, а затем назад. ▪ Grand battement jete в сторону; вперёд и назад. Движения раздела allegro:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	
май	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». ▪ Постановка этюда на основе движений итальянского сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Позы: epaulement croisee и effacee, ecartee вперёд и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление пройденного материала. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». ▪ Постановка этюда на основе движений итальянского сценического танца.	Практическое занятие 2
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Итальянский сценический танец». ▪ Постановка этюда на основе движений итальянского сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 11 – 12 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – базовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 11-12 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: развивать индивидуальные возможности ребёнка, определять уровень танцевального мастерства. Повышать интерес к искусству танца, хореографии, развивать художественный вкус, потребности и интересы.

Задачи:

обучающие:

- поддерживать увлечение занятием хореографией;
- освоить программный материал по классическому, народному и современному танцам 4 года обучения;
- развивать координацию, чувство ритма, творческого воображения, художественного мышления, пластики, артистичности, создания художественного образа произведений;
- научить выполнять выученные движения и комбинации самостоятельно, грамотно и в артистичной, выразительной манере исполнения.

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

развивающие:

- развивать творческие способности, предлагая задания на импровизацию;
- развивать творческий потенциал, индивидуальные особенности (внутренняя свобода, активность, общительность) учащихся;
- предоставить возможность дальнейшей профессиональной самореализации на основе сформированной системы знаний;
- формировать положительную мотивацию учащихся к обучению;
- развивать умение видеть себя «со стороны», способность к самокоррекции.

воспитательные:

- формировать нравственные ценности и эстетическое отношение учащихся к элементам народно – сценического танца, причастности к своему народу, истории и культуре;
- воспитывать уважение и толерантность к лучшим образцам разных национальных культур;
- формировать художественный вкус учащихся;
- воспитывать личность учащегося, ориентированного на успешность;
- воспитывать сознательное отношение к учебному материалу;
- воспитывать будущих патриотов, граждан с активной жизненной позицией;
- воспитывать потребность к здоровому образу жизни.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения.
Движения рук, ног, головы у них более согласованны, поэтому на этом этапе обучения к ним можно повысить требовательность к точности выполнения движений. Значительно расширяется объём работы над тренировочными упражнениями.

Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.
В неделю вырабатывается – 8 часов.
В месяц – 32 часа.
В год – 288 часов.

В конце учебного года проводится открытое занятие. Планируется участие всей группы в концерте.
Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Второй уровень обучения хореографии предполагает работу с детьми среднего школьного возраста. Ученики уже владеют определённым запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
	Раздел I				
1.1	Организационное занятие	беседа	1	1	-
	Раздел II. Танцевальная азбука		200	10	190
2.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	72	4	68
2.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	72	4	68
2.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	56	2	54
	Раздел III		72		
3.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация, постановочная работа, репетиция	72	-	72
	Раздел IV				
4.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	2	2	-
	Раздел V				
5.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	5	-	5
	Раздел VI				
6.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	8	4	4
		Итого:	288	17	271

Однако в средней возрастной категории есть свои трудности, особенно в работе с мальчиками. По мере взросления мальчики начинают больше увлекаться различными видами спорта, считая спорт более достойным для мужчины занятием.

Учитывая эти сложности, необходимо поддерживать интерес детей к танцу, продолжая изучение танцев – игр или же, напротив, делать акцент на изучение танцевальных новинок, которые привлекают внимание детей среднего возраста. Вводить в уроки соревновательный момент, как можно активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники – джазового танца и современной пластики. Использовать для музыкального сопровождения популярные современные инструментальные и джазовые произведения.

Привлекательным моментом всегда будут короткие паузы и занятия для изучения основ актёрского мастерства – жестов и поз.

На этом году обучения материал программы направлен на более глубокое изучение танцевального искусства.

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1.Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

2.Танцевальные этюды и танцы.

3.История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности;
- повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности;
- решение организационных вопросов.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

На этом году обучения продолжается дальнейшее развитие силы ног путём увеличения количества упражнений и их усложнения.

Вводится первоначальное знакомство с техникой полуповоротов на двух ногах в экзерсисе у станка и на середине зала. Изучение прыжков с приземлением на одну ногу.

Введение полупальцев у станка, маленького адажио на середине зала, построенного на позах, пройденных в сочетании с изученными движениями, исполнение средних прыжков.

Для развития внимания у учеников, а также для того, чтобы они не привыкли исполнять упражнения механически, постепенно вводятся несложные ритмические комбинации и комбинации из двух или трёх различных хорошо изученных упражнений.

Однако в средних классах не следует увлекаться обилием и сложностью комбинаций, т.к. это может привести к ухудшению качества технического исполнения, к неточности и неряшливости.

Темп исполнения упражнений в этом классе постепенно ускоряется, изменяется также для большинства движений и счёт. Однако подходить к этому следует весьма осторожно и постепенно, учитывая степень подготовленности и возможности учеников, чтобы ускорение темпа не пошло в ущерб качеству исполнения.

Изменение темпа и счёта следует начинать с тех движений, которые уже хорошо усвоены и проработаны учащимися. Новые же программные движения надо вначале изучать в медленном темпе, внимательно прорабатывая каждый момент движения, а затем по мере усвоения постепенно ускорять темп.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку выполнять движения осознанно, а не механически, постепенно вводя при этом несложные ритмические комбинации и комбинации из двух или трёх различных хорошо изученных упражнений.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Demi-plie по 4-ой и 5-ой позициям ног.
- Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Комбинация на demi-plie и grand-plie.
- Battement tendu по 5-ой позиции ног (по всем направлениям).
- Battement tendu с demi-plie по5-ой позиции ног (по всем направлениям).
- Double battement tendu (с двойным опусканием стопы на пол по 2-ой позиции ног).
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног (по всем направлениям).
- Комбинация на battement tendu с battement tendu jete.
- Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Rond de jambe par terre на demi-plie en dedans (по точкам).
- Комбинация на rond de jambe par terre.
- Battement frappe носком в пол (по всем направлениям).
- Battement fondu носком в пол (по всем направлениям).
- Saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.

©Синёва Наталья Владимировна, педагог дополнительного образования

- Petit battement sur le cou-de-pied (равномерный перенос ноги).
- Battement soutenu (по всем направлениям).
- Pas balance.
- Battement developpe и battement developpe passe (по всем направлениям).
- Battement releve lent en face (по всем направлениям).
- Pas echappe en face.
- Rond de jambe en l`air на 45^0 (только сгибать и разгибать ногу).
- Grand battement jete по 5-ой позиции ног.
- Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении (лицом к станку).
- Grand-plie по 4-ой позиции ног.
- Grand rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- Double battement frappe (по всем направлениям).
- Grand battement jete на носок (по всем направлениям).
- Releve на п/п по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног (лицом к станку).
- Releve на п/п по 5-ой позиции с вытянутых ног и с demi-plie.
- Battement frappe на 30^0.
- Battement fondu на 45^0 .
- Battement releve lent на 90^0.
- Battement tendu во все маленькие позы.
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног во все маленькие позы.
- Полуповороты по 5-ой позиции на двух ногах и на п/п с переменой ног.
- Комбинация на battement fondu с battement frappe.
- Releve на п/п (боком к станку).
- Pas sissoonne simple – прыжок с двух ног на одну (лицом к станку).
- Pas jete (лицом к станку).
- Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении к станку.
- Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении от станка.

Примечание:

На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Поза epaulement croisee вперёд.
- Поза epaulement croisee назад.
- Releve на п/п en face по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям с вытянутых ног и на demi-plie.
- Второе port de bras.
- Battement frappe носком в пол (по всем направлениям).
- Battement fondu носком в пол (по всем направлениям).
- Battement soutenu (по всем направлениям).
- Pas balance.
- Поза epaulement effacee вперёд.
- Battement releve lent en face (по всем направлениям).
- Grand battement jete по 5-ой позиции ног (по всем направлениям).
- Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении.
- Комбинация на demi-plie и grand-plie.
- Комбинация на battement tendu с battement tendu jete.
- Комбинация на rond de jambe par terre.

- Поза epaulement effacee назад.
- Третье port de bras.
- Поза ecartee вперёд.
- Поза ecartee назад.
- Battement tendu по 5-ой позиции ног во все маленькие позы.
- Battement tendu jete по 5-ой позиции ног во все маленькие позы.
- Комбинация на battement fondu с battement frappe.
- Подготовка к rond de jambe en l`air en dehors и en dedans.
- Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans.
- Battement developpe (по всем направлениям).
- Pas balance с руками и головой.
- Pas de bourree с руками, находящимися в подготовительном положении.
- Pas de bourree с переменой ног на п/п с руками и головой в маленьких позах.
- Закрепление и проверка первого, второго и третьего port de bras и изученных поз классического танца.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro

- Saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.
- Pas echappe en face.
- Pas assemble с открыванием ноги в сторону.
- Pas sissoonne simple.
- Pas jete.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

2. Элементы народно – сценического танца и танцевальные комбинации

На четвёртом году обучения учащиеся, как правило, закрепляют основные навыки танцевальной азбуки

Увеличивается запас движений русского, украинского народных танцев. Учащиеся изучают движения узбекского танца.

Обучающиеся должны уметь исполнять движение на мелодию с затактовым построением. Знать правила исполнения изученных движений народно – сценического танца, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию. Знать положение стопы, колена, бедра – открытое и закрытое. Уметь танцевать простейшие дроби русского танца, сочетающие ударные и безударные движения (синкопы). Исполнить русский танец на следующих движениях: переменный ход, «верёвочка», притопы, «ключ» простой, припадание и т.д. Исполнять украинский танец на следующих движениях: «бигунец», «верёвочка», « дорожка простая», «дорожка плетённая», « тынок» и т.д.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- Demi-plie и grand-plie по всем позициям (у станка).
- Battement tendu («каблучный»).

- Battement tendu по 5-ой позиции ног с переводом выведенной ноги с носка на каблук и обратно на носок, с добавлением demi-plie при возвращении в исходную позицию (по всем направлениям).
- Battement tendu в demi-plie на опорной ноге.
- Па-тор-тье.
- Battement tendu jete с одним ударом стопой по 5-ой открытой позиции; короткий удар по полу носком или ребром каблука (по всем направлениям).
- Battement tendu jete на demi-plie и с работающей опорной пяткой.
- Rond de jambe par terre носком и пяткой на вытянутой опорной ноге и на demi-plie на опорной ноге.
- Дробные выстукивания.
- Выстукивания всей стопой и каблуком на подскоке.
- Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка» – пассе по 5-ой позиции ног: работающая нога сгибается, поднимается и опускается то спереди, то сзади опорной ноги. Развороты бедра и «верёвочка».
- Flic-flac «крестом».
- Battement developpe.
- Grand battement jete (по всем направлениям).

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1.Движения рук:

- положение рук в парном танце;
- переводы рук в различные положения;
- навыки в обращении с платочком.

2.Шаги:

- переменный шаг с каблука с продвижением вперёд, назад;
- «девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперёд, назад.

3.Дробные движения:

- пол – ключа;
- ключ;
- дробь с подскоком.

4.Основные движения:

- «молоточки» – уральский ход;
- припадание с двойным ударом;
- «верёвочка» простая и с переступанием;
- «верёвочка» двойная;
- «верёвочка» с выносом ноги на каблук;
- «верёвочка» с «ковырялочкой»;
- «ковырялочка» с ударом по 3-ей и 6-ой позициям ног;
- «моталочка» простая;
- «моталочка» с двух ног;
- па де баск;

- комбинация из полуприсядок;
- комбинация из присядок;
- вращение на простом беге по диагонали;
- вращение на подскоках.

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Положение ног

- позиции ног аналогичны позициям русского танца.

Положения рук

- руки лежат на талии (кулачком или ладошкой);
- руки раскрыты в стороны;
- руки свободно опущены вдоль корпуса;
- одна рука лежит на талии, другая с отведённым в сторону локтём поддерживает бусы (положение для девочек);
- в парном танце (мальчик и девочка стоят на одной линии):
- наружные руки лежат на талии, внутренние – соединены внизу, либо вверху, либо на уровне плеч;
- руки – крест – накрест, взгляд – друг на друга, корпус наклонен чуть вперёд;
- правая рука мальчика лежит на талии девочки, обнимая её сзади. Левая – впереди на уровне груди, поддерживает левую руку девочки; правая рука девочки лежит на талии либо открыта в сторону;
- в массовых танцах исполнители (стоя на одной линии) могут перекрещивать руки спереди или сзади:
- в лирических хороводных танцах девочки идут друг за другом, вытянув правую руку вперёд, к плечу впереди идущей девочки, а левую, как бы обняв себя, кладут на левое плечо.

Движения танца

- притоп – перескок на всю ступню с двумя последующими поочерёдными ударами всей стопой о пол по 6-ой позиции ног;
- «выхилясник» – удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге;
- «упадание»;
- «выхилясник с угинанием»;
- большой «тынок» (движение для мальчиков);
- голубцы;
- низкий голубец;
- два низких голубца с тройным притопом.

Маленький этюд на основе движений украинского народного танца.

УЗБЕКСКИЙ ТАНЕЦ

Узбекский танец отличается от других танцев выразительными движениями рук, кистей, плеч, головы. Ведущую роль в узбекском женском танце играют руки, которые не только придают танцу национальную выразительность, но и передают его характер и содержание. Танец юношей более строг.

Предлагаемые движения исполняются девушками и юношами и являются базой танцевальной техники. Музыкальное сопровождение может исполняться на ударном инструменте – бубен. В основу узбекских танцев положены легенды и сказки.

Положение ног

- при изучении элементов используются 6-я и 3-я позиции ног.

Положения рук

- руки свободно опущены, кисти слегка отогнуты;
- 1-я, 2-я, 3-я позиции рук, при которых ладони вывернуты наружу;
- кончиками кистей девушка может поддерживать подбородок, ладони смотрят вниз;
- одна рука – над головой, другая перед корпусом, кисть отогнута.

Движения танца

1. Движения кистей рук:

- сгибание и разгибание в запястье;
- с поворотом в запястье внутрь и наружу;
- волнообразное движение от запястья к пальцам;
- щелчки пальцами;
- хлопки в ладоши с последующим откидыванием кисти в запястье наружу;
- круговые движения кистями рук.

2. Движения рук:

- плавные переводы в различные положения;
- резкие и акцентированные взмахи;
- плавные и резкие сгибания и разгибания от локтя;
- волнообразные движения от плеча.

3. Движения плеч:

- поочерёдные и одновременные движения вперёд и назад;
- короткие: вверх – вниз.

4. Движения головой:

- из стороны в сторону;
- повороты из стороны в сторону;
- короткий взмах;
- наклоны.

5. Основные движения:

- акцентированный удар п/пальцами одной ноги по 3-й свободной позиции сзади другой;
- шаг вперёд с двумя последующими шагами на п/п, с продвижением вперёд;
- скольжение ногой на носок вперёд с последующим шагом на неё (продвижение вперёд);
- поочерёдные выведения ноги вперёд и назад на носок с последующими двумя шагами вперёд, повороты обеих стоп из 1-й свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно (с продвижением в сторону, с поворотом);
- ход с одной ноги (на «раз» – переступить левой ногой на п/п около правой по 6-й позиции; на «два» – небольшой шаг правой ногой вперёд);

- переменный ход (на «раз» – шаг правой ногой вперёд на всю стопу; на «два» – приставить левую ногу на п/п; на «три» – небольшой шаг правой ногой вперёд; на «четыре» – пауза);
- боковой ход с каблука (на «раз» – шаг правой ногой в сторону на каблук; на «два» – опустить правую ногу на всю стопу, а левую подставить сзади на п/п, ноги слегка присогнуть);
- рез (ход мелкими шагами на п/п по 6-й позиции);
- кайчи (движение имеет два варианта: первый – исполняется как «гармошка» в русском танце; второй – как «ёлочка» в русском танце);
- опускание на колени (на одно, на оба);
- перегибы корпуса назад, стоя на одной ноге, а другая вытянута вперёд.

Маленький этюд на основе движений узбекского танца.

3. Элементы джазового танца и современных танцевальных стилей

Занятия джаз – танцем начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации, следуя правилу «от простого – к сложному». Постепенно в уроках вводятся танцевальные комбинации с использованием хорошо усвоенных элементов.

Задачи:
- развитие подвижности позвоночника (body roll);
- проучивание flat back вперёд;
- квадрат и крест в разделе изоляция;
- акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты).

Практические занятия:

Изучение основных понятий
- поза коллапса,
- изоляция и полицентрия,
- полиритмия,
- мультипликация,
- координация,
- contraction ,
- release,
- уровни.

Позиции рук
- нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.
- press-position
- 1-я, 2-я, 3-я;
- Jerk position;
- положения: jazz hand.

Позиции ног:
- 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я.

Движения экзерсиса

1. Изолированные движения:
- движения головы: наклоны, повороты, квадрат;

- движения плеч: подъём и опускание, раскрытие, закрытие;
- движения бёдрами: квадрат, круг, полукруг;
- движения корпуса: прямые наклоны, глубокий наклон вперёд.

После освоения изолированных движений можно приступить к соединению их в различные комбинации, постепенно усложняя, варьируя темп и ритмический рисунок.

2. Координация движений:

- наклоны головы с одновременным выведением бёдер вперёд, назад;
- наклоны головы вправо – влево с покачиванием бёдер также вправо – влево;
- наклоны головы вперёд, закрытие плеч и движение бёдрами вперёд, затем – тоже назад с раскрытием плеч.

3. Основные движения:

- prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- kick (пинок);
- flat back;
- deep body bend;
- side stretch;
- twist или изгиб позвоночника; curve, arch, twist topca, roll down, roll up.;
- bodu roll.

Упражнения в партере

- проучивание batman tendus jete вперёд с сокращенной ногой от колена, в положении лёжа;
- contraction, release на четвереньках;
- body roll в положении круазе сидя;
- упражнения stretch – характера на проработку положения ноги в сторону;
- растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц;
- упражнения stretch – характера из положения frog – position с использованием рук;
- подъём ног на 90 градусов из положения, лёжа (стопы – point);
- grand batman вперёд, из положения, лёжа на спине;
- grand batman в сторону из положения, лёжа на боку;
- grand batman в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках.

Упражнения на середине зала

- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест;
- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат;
- использование разно – ритмических музыкальных произведений при исполнении движений;
- проучивание flat back вперёд из положения стоя;
- дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя;

введение элементарных акробатических элементов:

- выход на большой мостик из положения стоя;
- стойка на лопатках «берёзка»;
- кувырки вперёд, назад;

- перекаты.

Кросс
- шаги примитива: flat step, camel walk, latin walk;
- шаги в модерн – джаз манере;
- шоссе;
- па – де – ша.

Прыжки
Прыжки в уроке модерн – джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.
- с двух ног на две (jump);
- с одной ноги на другую с продвижением (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop);
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

Вращения
- corscrew повороты – повороты, аналогичные sotenu en tournan. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из demi – plie и заканчивается на полупальцах.
- top chaine;
- повороты на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Танцевальные комбинации
- разминка;
- полуприседание;
- четвертные повороты;
- икс;
- пружина;
- скольжение;
- перекат;
- танцевальные комбинации на растяжку и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.

Импровизация как раздел урока в джаз – танце.
Задачи: Животные – их образы в природе, изображение средствами хореографии.

Ожидаемый результат
Технически грамотное выполнение следующих движений:

- body roll,
- flat back вперёд
- выход на большой мостик из положения стоя.
- стойка на лопатках «берёзка»,
- кувырки вперёд, назад,
- перекаты.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений украинского народного танца.
- Этюд на основе движений узбекского танца.
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Беседа «Образы русской народной хореографии» (на примере ансамбля «Берёзка»).
- Беседа « Профессиональные ансамбли народного танца».

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- программный материал 4 года обучения по классическому, народному, современному танцам, танцевальный репертуар.

Обучающиеся должны уметь:

- самостоятельно и грамотно выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала, координируя их с движениями рук и головы;
- владеть элементарными движениями джазового танца и современной пластики;
- воспринимать музыкальные образы, передавать их в движении, согласовывать движения с характером музыки средствами музыкальной выразительности.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- танцевального исполнительского мастерства (уметь танцевать в паре, владеть корпусом, движением рук, головы, иметь культуру выразительного исполнения танцев и комбинаций, способность исполнять трюковые движения мужского и женского танца);
- исполнительской выразительности (выражение танцевального образа, использование приёмов создания художественного образа);
- самостоятельной постановки композиций;
- импровизации, используя знания о детских постановках в рамках хореографического искусства, имеют собственные хореографические предпочтения (оценочное музыкальное мышление на основе элементарных знаний истории хореографического искусства);
- здорового образа жизни.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ

НА КОНЕЦ 4-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)	Низкий (3 – 1 баллов)
1. Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Держит апломб при выполнении упражнений на полупальцах.	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается держать апломб при выполнении упражнений на полупальцах.	Слабо знает и исполняет классический экзерсис. Не может держать апломб при выполнении упражнений на полупальцах.
2. Народно – сценический танец	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Передает характер в движении. Умеет видеть себя «со стороны».	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Старается передавать характер в движении. Умеет видеть себя «со стороны».	Слабо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Не может передавать характер в движении. Не умеет видеть себя «со стороны».
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальный стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.
4. Постановочная работа Программный танец	Знаком и хорошо знает значение костюма в танце. Хорошо умеет составлять рисунки и схемы на заданную тему. Хорошо умеет составлять композиции танца на основе драматургии. Хорошо знает и технично исполняет программный танец. Артистичен.	Знаком и знает о значении костюма в танце. Пытается составлять рисунки и схемы на заданную тему. Составляет композиции, но уходит от основы драматургии. Знает программный танец. Старается быть артистичным.	Знаком, но слабо знает значение костюма в танце. Слабо составляет рисунки и схемы на заданную тему, нуждается в помощи педагога. Нуждается в помощи при составлении композиций. Знает, но слабо исполняет программный танец. Мало артистичен.
5. Концертная деятельность	Участвует и выступает инициатором идей в концертной деятельности, смотрах, фестивалях.	Постоянно участвует в концертах, смотрах, фестивалях.	Участвует в концертной деятельности коллектива.
6. Личностные качества	Трудолюбивый. Доводит начатое дело до конца. Развит художественный вкус.	Трудолюбивый. Пытается доводить начатое дело до конца. Развит свой художественный вкус.	Не может доводить начатое дело до конца.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4-ый год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ. ▪ Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Проучивание batman tendus jete вперёд с сокращенной ногой от колена, в положении лёжа. ▪ Contraction, release на четвереньках. ▪ Body roll в положении круазе сидя.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie по 4-ой и 5-ой позициям ног. ▪ Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза epaulement croisee вперёд.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie и grand-plie по всем позициям. ▪ Battement tendu («каблучный»). Тема: «Русский народный танец». Движения рук: ▪ положение рук в парном танце; ▪ переводы рук в различные положения; ▪ навыки в обращении с платочком.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: Основных понятия: ▪ Поза коллапса. ▪ Изоляция и полицентрия. ▪ Полиритмия. ▪ Координация. ▪ Contraction. ▪ Release. ▪ Уровни.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 5-ой позиции ног (по всем направлениям). ▪ Battement tendu с demi-plie по 5-ой позиции (по всем направлениям). ▪ Double battement tendu с двойным опусканием стопы на пол по 2-й позиции ног. ▪ Battement tendu jete по5-ой позиции (по всем направлениям). ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Releve на п/п en face по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям с вытянутых ног и на demi-plie. ▪ Второе port de bras.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.

сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu по 5-ой позиции ног с переводом выведенной ноги с носка на каблук и обратно на носок, с добавлением demi-plie при возвращении в исходную позицию (по всем направлениям). ▪ Battement tendu в demi-plie на опорной ноге. ▪ Комбинация demi-plie и grand-plie (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Шаги: ▪ переменный шаг с каблука с продвижением вперёд, назад; ▪ «девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей приставкой в 6-ую позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперёд, назад.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Позиции рук. ▪ Позиции ног. Изолированные движения: ▪ движения головы: наклоны, повороты, квадрат; ▪ движения плеч: подъём и опускание, раскрытие, закрытие; ▪ движения бёдрами: квадрат, круг, полукруг; ▪ движения корпуса: прямые наклоны, глубокий наклон вперёд. Координация движений: ▪ наклоны головы с одновременным выведением бёдер вперёд, назад; ▪ наклоны головы вправо – влево с покачиванием бёдер также вправо – влево; ▪ наклоны головы вперёд, закрытие плеч и движение бёдрами вперёд, затем – тоже назад с раскрытием плеч.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans. ▪ Rond de jambe par terre на demi-plie en dedans (по точкам). ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза epaulement croisee назад.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu «каблучный» (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ пол – ключа; ▪ ключ; ▪ дробь с подскоком.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: Основные движения: ▪ Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений. ▪ Kick (пинок). Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Упражнения stretch – характера на проработку положения ноги в сторону. ▪ Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.	Практическое занятие 2 ч.

сентябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete с одним ударом стопой по 5-ой открытой позиции, короткий удар по полу носком или ребром каблука (по всем направлениям). ▪ Battement tendu jete на demi-plie и с работающей опорной пяткой. ▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «молоточки» – уральский ход; ▪ припадание с двойным ударом.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Flat back. ▪ В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест. ▪ В разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат. Кросс: ▪ Шаги примитива: flat step, camel walk, latin walk.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement frappe носком в пол (по всем направлениям). ▪ Battement fondu носком в пол (по всем направлениям). ▪ Saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног. ▪ Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe носком в пол (по всем направлениям). ▪ Battement fondu носком в пол (по всем направлениям). Движения раздела allegro: ▪ Saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Па-тор-тье. Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» простая и с переступанием; ▪ «верёвочка» двойная; ▪ «верёвочка» с выносом ноги на каблук; ▪ «верёвочка» с «ковырялочкой».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied (равномерный перенос ноги). ▪ Battement soutenu (по всем направлениям). ▪ Pas balance. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement soutenu (по всем направлениям). ▪ Pas balance. ▪ Поза epaulement effacee вперёд.	Практическое занятие 2 ч.

октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «ковырялочка» с ударом по 3-ей и 6-ой позициям ног; ▪ «моталочка» простая; ▪ «моталочка» с двух ног.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Элементы экзерсиса: ▪ Deep body bend. ▪ Использование разно – ритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Кросс: ▪ Шаги в модерн – джаз манере.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe и battement developpe passe (по всем направлениям). ▪ Battement releve lent en face (по всем направлениям). Pas echappe en face. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent en face (по всем направлениям). Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe en face.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Дробные выстукивания. ▪ Выстукивания всей стопой и каблуком на подскоке. ▪ Комбинация на растяжку (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ па де баск; ▪ вращение на простом беге по диагонали; ▪ вращение на подскоках.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe en l air на 45^0 (только сгибать и разгибать ногу). ▪ Grand battement jete из 5-ой позиции ног. ▪ Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete из 5-ой позиции ног. ▪ Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «верёвочке» – пассе по 5-ой позиции ног: работающая нога сгибается, поднимается и опускается то впереди, то сзади опорной ноги. ▪ Развороты бедра и «верёвочка». Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.

октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Side stretch. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Упражнения stretch – характера из положения frog – position с использованием рук. ▪ Подъём ног на 90^0 из положения, лёжа (стопы – point). Танцевальные комбинации: ▪ Разминка. ▪ Полуприседание. ▪ Четвертные повороты.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по 4-ой позиции ног. ▪ Grand rond de jambe par terre en dehors и en dedans. ▪ Double battement frappe (по всем направлениям). ▪ Grand battement jete на носок (по всем направлениям). ▪ Releve на п/п по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног (лицом к станку). ▪ Releve на п/п в 5-ой позиции с вытянутых ног и с demi-plie. ▪ Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Поза epaulement effacee назад. ▪ Третье port de bras. ▪ Pas de bourree с переменой ног вперёд и в обратном направлении.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Икс. ▪ Пружина.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe par terre носком и пяткой на вытянутой опорной ноге и на demi-plie на опорной ноге. ▪ Battement developpe. ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере русского танца). ▪ Grand battement jete (по всем направлениям). Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на шаги русского танца. ▪ Комбинация на «верёвочку». ▪ Комбинация на «моталочку» с «ковырялочкой». ▪ Комбинация на дробные движения танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового	Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Grand batman вперёд, из положения, лёжа на спине.	Практическое занятие

	танца	▪ Grand batman в сторону из положения, лёжа на боку. ▪ Grand batman в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках. Танцевальные комбинации: ▪ Скольжение. ▪ Перекат.	2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement frappe на 30^0 . ▪ Battement fondu на 45^0. ▪ Battement releve lent на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete по 5-ой позиции ног (по всем направлениям). ▪ Поза ecartee вперёд. ▪ Поза ecartee назад.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на растяжку боком к станку (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка комбинаций и движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Танцевальные комбинации на растяжку и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu во все маленькие позы. ▪ Battement tendu jete по 5-ой позиции ног во все маленькие позы. ▪ Полуповороты по 5-ой позиции на двух ногах и на п/п с переменой ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu во все маленькие позы. ▪ Battement tendu jete по 5-ой позиции ног во все маленькие позы.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Положение ног. ▪ Положения рук.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на дробные выстукивания (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Основные движения:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Притоп – перескок на всю ступню с двумя последующими поочерёдными ударами всей стопой о пол по 6-ой позиции ног. ▪ «Выхилясник» – удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге. ▪ «Упадание».	
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. ▪ Releve на п/п (боком к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ «выхилясник с угинанием»; ▪ большой «тынок» (движение для мальчиков).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Упражнения экзерсиса на середине зала: ▪ Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Танцевальные комбинации: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas sissoonne simple – прыжок с двух ног на одну (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие

			2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ голубцы; ▪ низкий голубец; ▪ два низких голубца с тройным притопом.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Упражнения экзерсиса на середине зала: ▪ Выход на большой мостик из положения стоя. ▪ Стойка на лопатках «берёзка». Танцевальные комбинации: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas jete (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Упражнения экзерсиса на середине зала: ▪ Кувырки вперёд, назад. ▪ Перекаты.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении к станку. ▪ Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении от станка. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Поза epaulement effacee назад.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского	Практическое занятие

	танец	народного танца.	2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Кросс: ▪ Шаги примитива: flat step, camel walk.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Третье port de bras.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Кросс: ▪ Шаги в модерн – джаз манере.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза ecartee вперёд. ▪ Поза ecartee назад. Движения раздела allegro: ▪ Saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Положение ног. ▪ Положения рук.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Кросс: ▪ Шоссе.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие

			2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». Основные движения: ▪ движения кистей рук; ▪ движения рук.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Кросс: ▪ Па – де – ша.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu по 5-ой позиции ног во все маленькие позы. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe en face.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». Основные движения: ▪ движения плеч.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Прыжки: ▪ с двух ног на две (jump); ▪ с одной ноги на другую с продвижением (leap); ▪ с одной ноги на ту же ногу (hop); ▪ с двух ног на одну.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble с открыванием ноги в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». Основные движения: ▪ движения головой.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». Основные движения: ▪ акцентированный удар п/пальцами одной ноги по 3-й свободной позиции сзади другой; ▪ шаг вперёд с двумя последующими шагами на п/п, с продвижением вперёд; ▪ скольжение ногой на носок вперёд с последующим шагом на неё (продвижение вперёд).	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Вращения: ▪ corscrew повороты – повороты, аналогичные sotenu en tournan. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из demi – plie и заканчивается на полупальцах; ▪ top chaine; ▪ повороты на одной ноге.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Подготовка к rond de jambe en l`air en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne simple.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Вращения: ▪ повороты по кругу вокруг воображаемой оси; ▪ повороты на различных уровнях; ▪ лабильные вращения.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». Основные движения: ▪ поочерёдные выведения ноги вперёд и назад на носок с последующими двумя шагами вперёд, повороты обеих стоп из 1-й свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно (с продвижением в сторону, с поворотом); ▪ ход с одной ноги (на «раз» – переступить левой ногой на п/п около правой по 6-й позиции; на «два» – небольшой шаг правой ногой вперёд).	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Pas jete.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: Танцевальные комбинации: ▪ Разминка. ▪ Полуприседание. ▪ Четвертные повороты. ▪ Икс.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe (по всем направлениям). ▪ Pas balance с руками и головой. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление комбинаций на прыжки.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Отработка и закрепление пройденных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Пружина. ▪ Скольжение. ▪ Перекат.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree с руками, находящимися в подготовительном положении. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление комбинаций на прыжки.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений узбекского танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	Упражнения экзерсиса на середине зала: ▪ Танцевальные комбинации танцевальные комбинации на растяжку и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Pas de bourree с переменой ног на п/п с руками и головой в маленьких позах. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление комбинаций на прыжки.	
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений узбекского танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	Импровизация как раздел урока в джаз – танце. ▪ Животные – их образы в природе, изображение средствами хореографии.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Закрепление и проверка первого, второго и третьего port de bras и изученных поз классического танца. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление комбинаций на прыжки.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Узбекский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений узбекского танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 12 – 13 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – базовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

5 ГОД ОБУЧЕНИЯ

©Синёва Наталья Владимировна, педагог дополнительного образования

(возраст учащихся 12-13 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: активизация и развитие личности, индивидуализация и творческое пополнение деятельности воспитанников.

Задачи:

обучающие:

- освоить программный материал 5 года обучения;
- формировать профессиональные начальные знания, умения и навыки в народной, классической и современной хореографии.

развивающие:

- развивать умение демонстрировать на фестивалях, смотрах свои танцевальные способности на более профессиональном уровне;
- продолжить формировать навыки составления танцевальных композиции;
- развивать творческую индивидуальность.

воспитательные:

- воспитывать творческий контакт;
- воспитывать уверенность в себе и в своих силах;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения.
Занятия на этом этапе обучения строятся в том же плане, но на более сложном материале.
Дети этого возраста способны к более быстрому усвоению танцевальных элементов, у них заметно улучшена координация движений, а это позволяет разучивать с ними и более сложные комбинации.

Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.
В неделю вырабатывается – 8 часов.
В месяц – 32 часа.
В год – 288 часов.

В конце учебного года проводится открытое занятие. Планируется участие всей группы в концерте.
Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
Раздел I					
1.1	Организационное занятие	беседа	**1**	**1**	**-**
Раздел II. Танцевальная азбука			**192**		
2.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	**48**	**2**	**46**
Раздел III			**72**		
3.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация, постановочная работа, репетиция	**72**	**-**	**72**
Раздел IV					
4.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	**5**	**5**	**-**
Раздел V					
5.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	**10**	**-**	**10**
Раздел VI					
6.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	**8**	**4**	**4**
		Итого:	**288**	**20**	**268**

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

2. Танцевальные этюды и танцы.
3. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.
- повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности;
- решение организационных вопросов.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

На этом году обучения продолжается введение полупальцев у станка, маленького адажио на середине зала, построенного на позах, пройденных в сочетании с изученными движениями, исполнение средних прыжков.

Повороты у станка и на середине зала на п/п, построение адажио на середине зала из более сложных комбинаций, усложнение в построении всех танцевальных комбинаций.

Задача педагога на этом этапе обучения, наряду с развитием силы ног и приобретением технических навыков, является ознакомление учеников с основами одного из сложнейших и важных компонентов классического танца – координации движений.

Воспитание у учеников умения гармоничного сочетания движений ног, корпуса и головы, необходимого для достижения выразительности и осмысленности танца.

Большинство программных движений классического танца исполняются одновременно с руками и головой в маленькие и большие позы, что вырабатывает координацию движений и придаёт исполнению черты артистизма, выразительности позы.

Темп исполнения упражнений в этом классе постепенно ускоряется. Весьма полезно проверить во время урока индивидуальный устный и с показом, опрос учащихся, чтобы они активно участвовали в процессе урока и знали, на что особенно важно обращать внимание в том или ином упражнении.

Важно дать учащимся правильное представление о принципах и закономерностях связи танца и музыкального сопровождения, поэтому качество музыкального оформления уроков классического, народно – сценического и джазового танцев должно находиться на высоком уровне.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку выполнять движения осознанно, а не механически, ознакомление учеников с основами одного из сложнейших и важных компонентов классического танца – координации движений.
Воспитание у учащихся умения гармоничного сочетания движений ног, корпуса и головы, необходимого для достижения выразительности и осмысленности танца.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Releve на п/п на опорной ноге, когда работающая нога открыта вперёд, назад или в сторону на 45^0.
- Battement soutenu с подъёмом на п/п в 5-ой позиции.
- Grand rond de jambe par terre (обвод) на demi-plie (после rond de jambe par terre en dehors и en dedans) и третье port de bras с ногой, отведённой назад носком в пол на demi-plie.
- Комбинация на demi-plie и grand-plie.
- Battement tendu в позу epaulement croisee вперёд и назад.
- Battement tendu jete в позу epaulement croisee вперёд и назад.
- Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans на 45^0 и на п/п.
- Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом сперёди и сзади.
- Полуповорот в 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении к станку.
- Battement fondu на 45^0 и на п/п.
- Полуповорот в 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении от станка.
- Battement developpe на 90^0 в позе epaulement effacee, epaulement croisee вперёд и назад (исполняется одновременно с рукой).
- Double battement frappe на 30^0 (по всем направлениям).
- Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом спереди и сзади и на п/п.
- Battement fondu носком в пол во все в маленькие позы.
- Battement fondu на 45^0 и на п/п.
- Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans на 45^0 и на п/п.
- Battement tendu jete во все маленькие позы.
- Battement releve lent на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд (исполняется одновременно с рукой).
- Battement soutenu на 45^0 (по всем направлениям).
- Grand-plie по всем позициям ног с releve на п/п и с третьим port de bras.
- Полуповороты из 5-ой позиции в 5-ую позицию ног с demi-plie и приёмом soutenu на п/п.
- Grand battement jete pointe (по всем направлениям).
- Battement frappe на п/п (по всем направлениям).
- Demi rond de jambe developpe на 90^0 en dehors и en dedans.
- Battement developpe на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд и назад и первый и второй arabesque.
- Grand battement jete в позу epaulement croisee вперёд и назад.
- Grand battement jete в позы epaulement effacee вперёд и назад, ecartee вперёд и второй arabesque.
- Releve на п/п в 4-ой позиции на epaulement croisee и epaulement effacee.
- Battement developpe на demi-plie (по всем направлениям).
- Grand battement jete pointe во всех позах.

- Battement developpe на 90^0 на п/п (по всем направлениям).
- Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, когда работающая нога в положении sur le cou-de-pied без перемены и с переменой sur le cou-de-pied.
- Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans с подменной ногой.
- Releve по 4-ой позиции ног на п/п.
- Releve на п/п в 4-ю позицию с вытянутых ног и с demi-plie.
- Pas echappe во 2-ую позицию ног в epaulement.
- Pas echappe во 4-ую позицию ног.
- Pas echappe с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied спереди и сзади.
- Pas de bourree ballotte.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Pas de bourree на п/п.
- Demi-plie по 4-ой позиции ног en face, epaulement croisee и epaulement effacee.
- Grand-plie по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног en face, epaulement croisee и epaulement effacee.
- Grand-plie с releve на п/п.
- Battement tendu в маленькие позы.
- Grand rond de jambe par terre (обвод) на demi-plie (после rond de jambe par terre en dehors и en dedans).
- Pas de bourree с переменой ног на п/п в маленьких позах.
- Battement soutenu с подъёмом в 5-ой позиции на п/п.
- Battement tendu jete в позу epaulement croisee вперёд и назад.
- Grand battement jete pointe (по всем направлениям).
- Маленькие позы epaulement croisee и ecartee носком в пол на demi-plie вперёд и назад.
- Battement tendu в маленькие и большие позы.
- Battement tendu jete в маленькие и большие позы.
- Battement tendu и battement soutenu на demi-plie en face и маленькие позы.
- Grand battement jete в позу epaulement croisee вперёд и назад.
- Поза ecartee маленькая и большая вперёд и назад носком в пол и на demi-plie.
- Мелкий бег на п/п, двигаясь вперёд и по кругу.
- Па вальса (сценическая форма).
- Battement tendu в позу epaulement croisee вперёд и назад и второй arabesque, затем в позу epaulement effacee вперёд и назад.
- Battement tendu jete pice en face (по всем направлениям).
- Battement fondu в позу epaulement effacee.
- Battement fondu в маленькие и большие позы носком в пол и на 45^0.
- Grand battement jete в маленькие позы вперёд и назад.
- Полуповороты из 5-ой позиции в 5-ую позицию с demi-plie и приёмом soutenu на п/п.
- Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением вперёд и назад en face.
- Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением в сторону, вперёд и назад, открывая ногу на 45^0.
- Battement releve lent и battement developpe на 45^0 в позах: epaulement croisee, epaulement effacee, ecartee, первый и второй arabesque.

- Demi rond de jambe developpe en dehors и en dedans.
- Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans.
- Releve по 4-ой позиции ног на п/п.
- Releve на п/п в 4-ю позицию с вытянутых ног и с demi-plie.
- Grand battement jete во всех позах (по всем направлениям).
- Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением вперёд и назад в croisee и epaulement effacee.
- Поза третий arabesque носком в пол.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro

- Pas sissoonne simple c assemble.
- Перемена счёта на прыжках temps lie saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног и changement de pieds.
- Перемена счёта на прыжках pas assemble и pas echappe.
- Pas assemble вперёд и назад en face.
- Pas assemble с открыванием ноги вперёд и назад.
- Changement de pieds в epaulement.
- Temps lie saute по 5-ой позиции ног с продвижением вперёд, назад, в сторону.
- Pas assemble в сторону в epaulement и с продвижением.
- Постепенное, последовательное изменение счёта на всех пройденных прыжках, на один такт в размере 2/4 без пауз, demi-plie – на такт.
- Temps lie saute по 4-ой позиции ног.
- Pas echappe во 2-ую позицию ног в epaulement.
- Pas echappe во 4-ую позицию ног.
- Pas echappe с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied спереди и сзади.
- Pas de bourree ballotte.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации.

На этом году обучения продолжается дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации и силовой нагрузки в исполнении.

С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций и композиций на ранее изученном материале. Начинается изучение элементов молдавского и польского народных танцев. К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции танцев. Особое внимание уделяется манере и характеру исполнения элементов народного танца, рукам, корпусу, голове.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- Demi-plie и grand-plie по всем позициям открытым и 1-ой прямой позиции ног.
- Battement tendu («каблучный»).

- Battement tendu jete с двумя ударами стопой рабочей ноги по 5-ой открытой позиции ног (по всем направлениям).
- Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги на demi-plie по 5-ой открытой позиции ног (по всем направлениям).
- Battement tendu сквозное по 1-ой открытой позиции с ударом каблуком опорной ноги на demi-plie.
- Rond de jambe par terre (одинарные и двойные).
- Повороты стопы при исполнении rond de jambe par terre (одинарные и двойные).
- Battement fondu на 45^0 на всей стопе и с подъёмом на п/п.
- Подготовка к «верёвочке» и развороты бедра.
- Battement fondu на 90^0 с одним ударом каблука опорной ноги в demi-plie (резкие и плавные (по всем направлениям).
- Подготовка к flic-flac в открытом положении (по всем направлениям).
- Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги на ногу, открытую на носок в сторону или назад.
- Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги с шага.
- Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги с прыжка.
- Flic-flac «веером».
- Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
- Выстукивания – поочерёдные каблуками и п/п по 1-ой прямой позиции ног (в характере испанского танца).
- Растяжка по 1-ой прямой позиции ног с перегибанием корпуса (в характере испанского танца).
- Grand battement jete tombee по 5-ой открытой позиции ног (по всем направлениям).
- Grand battement jete tombee по 5-ой открытой позиции ног с одним ударом стопой и п/п опорной ноги (по всем направлениям).
- Grand battement jete tombee по 5-ой открытой позиции ног с двумя ударами стопой и п/п опорной ноги (по всем направлениям).
- Наклоны и перегибы корпуса по 1-ой и 4-ой прямым позициям на п/п на demi-plie вперёд, в сторону, назад.
- Маленькие «голубцы» (лицом к станку).
- Присядки (для мальчиков): на grand-plie по 2-ой прямой позиции с поочерёдным открыванием ног на каблук вперёд и по 1-ой свободной позиции, открывая ноги в сторону.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Ходы:

- боковые перескоки с ударами п/п в пол;
- боковые перескоки с ударами каблуками впереди стоящей ноги;
- основной ход танца «Шестёра» на месте и с продвижением вперёд;
- основной русский ход (академический);
- быстрый русский бег с продвижением вперёд и назад.

2. Дробные движения:

- «ключ» с двойной дробью;

- дробная дорожка с продвижением вперёд и с поворотом;
- двойная дробь на месте с поворотом и с продвижением вперёд;
- дробь на «три ножки».

3.Основные движения:

- «моталочка» с задеванием пола каблуком;
- «моталочка» с акцентом на всю ступню:
- «моталочка» с задеванием пола п/п;
- «моталочка» с задеванием пола поочерёдно п/п и каблуками;
- «маятник» в прямом положении;
- подбивка «голубец» на месте и с двумя переступаниями;
- прыжки с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперёд;
- прыжки с ударами по голенищу сапога впереди.

4. Вращения:

- на подскоках с продвижением вперёд по диагонали;
- с продвижением «моталочкой»;
- бег в повороте.

5. Хлопушки:

- на подскоках с ударами по голенищу сапога перед собой;
- на подскоках с ударами по голенищу сапога сзади себя;
- поочерёдные удары по голенищу сапога впереди и сзади на подскоках;
- удары двумя руками по голенищу сапога одной ноги;
- удар по голенищу сапога вытянутой ноги.

6. Присядки:

- присядка с «ковырялочкой»;
- присядка с ударом по голенищу сапога, по ступне спереди и сзади;
- подскоки по 1-ой прямой позиции из стороны в сторону с хлопком перед собой;
- присядка «мяч»;
- «гусиный шаг»;
- «ползунок» вперёд.

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Ходы:

- медленный женский ход;
- ход назад с остановкой на третьем шаге;
- «дорожка простая» (припадание) – небольшой шаг в сторону на всю стопу в свободном положении, с последующим переступанием другой ногой на низкие п/п по 3-ей свободной позиции ног сзади; с продвижением в сторону, с поворотом;
- «дорожка плетёная» (припадание) – шаг в перекрещенное положение на всю стопу впереди и на п/п назад с небольшим полуприседанием и последующим маленьким шагом другой ногой, с продвижением в сторону.

2. Основные движения:

- «верёвочка» двойная;

- «тынок» (перескок с ноги на ногу);
- «выхилясник с упаданием»;
- «голубцы» с притопом;
- «голубцы» (подбивка одной ноги другой);
- «разножка» – в сторону на ребро каблука (для мальчиков);
- «ястреб» – прыжок с поджатыми ногами по 1-ой открытой позиции ног;
- «угинание» – сгибание к щиколотке ноги и открывание одной ноги в свободном положении вперёд на 45^0 с одновременным подскоком на другой ноге;
- «метёлочка» (для мальчиков) – поочерёдные скольжения по полу внутренними сторонами стоп обеих согнутых ног от колена сзади, в сторону в полном приседании.

В качестве примера исполнения украинских танцев берутся три различных по характеру танца.

Движения танца «Веснянка»
Это хороводный танец девушек.

- простой танцевальный шаг;
- переменные шаги вперёд и назад;
- боковой шаг;
- «дорожка»;
- «дорожка плетёная»;
- притопы простые и тройные.

Движения танца «Метелица» и «Гопак»
Это быстрые танцы на любое количество исполнителей.

- простые и тройные притопы;
- «дорожка» (в быстром темпе);
- «дорожка плетёная»;
- «бигунец» вперёд и назад;
- «ковырялочка»;
- «падебаск» (маленький и большой);
- переступания;
- «голубец» маленький и большой;
- присядки.

В этих танцах желательно использовать композиционные перестроения, различные переходы, круги, наплывы в линиях, «ручейки», диагональные перебежки и т.д.
Композиция танца может быть массовой и парной с использованием характера своеобразного перепляса. Здесь могут выделяться моменты демонстрации женской и мужской индивидуальной техники.

Маленький этюд на основе движений украинского народного танца.

МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером. Медленная «Хора», широкая «Молдовеняска», огненная «Сырба» отражают труд, быт и характер людей.

Элементы молдавского танца – подскоки, различные ходы, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками, помогают учащимся вырабатывать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выносливость. В танце исполнители часто покачивают головой из стороны в сторону, как бы аккомпанируя движениям ног.

В основном молдавские танцы массовые, что приучает детей к ансамблевости и дисциплине.

Положение ног

- при изучении элементов используются все позиции ног, которые были изучены ранее (6-я, 3-я, 1-я, 2-я свободные).

Положения рук

- применяются 1-е, 2-е основные положения рук;
- кисти рук находятся на талии (4-я позиция рук);

- 1-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом, лицом по ходу движения. Девушка стоит справа от юноши. Правая рука юноши держит левую руку девушки внизу, впереди, наверху. Свободные руки могут находиться во всех позициях и положениях, которые указаны во 2-м положении пар и сзади – 7-я позиция.);

- 2-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом, лицом по ходу движения. Девушка стоит справа от юноши. Юноша держит девушку за талию правой рукой, левая рука девушки, согнутая в локте, лежит ладонью на правом плече юноши. Свободные руки находятся на талии – 4-я позиция, раскрыты в стороны – 2-я позиция или раскрыты во 2-ом основном положении, а также находятся у исполнителей за головой – 6-я позиция.);

- 3-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом, лицом по ходу движения. Девушка стоит справа от юноши. Они держатся за руки, скрещенными перед собой. Правая рука юноши находится снизу (под) левой рукой девушки. Локти не прижаты. Корпус откинут друг от друга. Головы и взгляд обращены к партнёру.);

- 4-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом, лицом по ходу движения. Девушка стоит справа от юноши. Юноша держит девушку за талию правой рукой, а девушка держит юношу за талию левой рукой. Рука девушки находится снизу руки юноши. Свободные руки юноши и девушки могут находиться в тех же позициях и положениях, какие были использованы во 2-ом положении пар. Головы и взгляд танцующих обращены друг к другу или вперёд.);

- 5-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом, лицом по ходу движения. Девушка стоит справа от юноши. Юноша держит девушку за талию правой рукой, а левой рукой держит левую девушки перед собой. Девушка правую руку может держать на талии (4-я позиция), за головой (6-я позиция) или раскрыты в сторону (2-я позиция). В 1-м и 2-м основном положении. Головы и взгляд обращены друг к другу или вперёд.);
- 6-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом на расстоянии вытянутой руки. Правая рука юноши ладонью лежит на левом плече девушки. Левая рука девушки лежит на правом плече юноши. Причём левая рука девушки находится, сверху правой руки юноши. Руки прямые, вытянуты в локтях. Свободные руки могут находиться во всех позициях и положениях, которые указаны во 2-м положении пар сзади. Корпус и головы откинуты друг от друга.);

- 7-е положение: (Юноша и девушка стоят рядом друг с другом на расстоянии вытянутой руки. Правая рука юноши лежит ладонью на правом плече девушки, а правая рука девушки лежит ладонью на правом плече юноши. Руки вытянуты в локтях. Корпус и головы откинуты друг от друга. Взгляд направлен на встречу. Свободные руки, как и в предыдущем – 6-м положении.);

- 8-е положение: (Юноша и девушка стоят друг к другу правым плечом, юноша и девушка держат друг друга за талию правыми руками. Свободные руки, как и в

предыдущем 7-м положении. В этом же положении рука девушки может находиться на левом плече юноши. Корпус откинут. Смотрят друг на друга.);

- 9-е положение: (Юноша и девушка стоят против друг друга на расстоянии вытянутых рук, за которые держатся. В правой руке юноши лежит левая рука девушки. В левой руке юноши – правая рука девушки. При сближении друг с другом руки могут расходиться в стороны или подниматься наверх.);

- 10-е положение (Юноша и девушка стоят рядом, почти касаясь правыми плечами. Соединённые в ладонях руки (правая юноши и левая девушки и наоборот) направлены в стороны. Смотрят друг на друга.);

- 11-е положение (Танцующие в паре стоят, повернувшись, друг к другу правым плечом, кисть правой руки девушки лежит на правом плече юноши. Левая рука раскрыта во 2-ю позицию ладонью кверху, взгляд направлен друг на друга, голова чуть отклонена к левому плечу.);

- 12-е положение (Танцующие стоят рядом на расстоянии вытянутой руки. Правая рука юноши лежит на левом плече девушки, левая рука девушки – на правом плече юноши. Свободные руки могут быть раскрыты во 2-ю позицию, заведены за спину или закрыты на талии. Головы откинуты друг от друга.);

- 13-е положение (Танцующие в линиях или по кругу держатся за руки: внизу; перед собой впереди; наверху; сзади. Руки могут быть согнуты в локтях, кисти – на уровне плеч; положены на плечи друг друга.).

Движения танца

1. Основные движения:

- ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением);
- бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперёд;
- боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено;
- припадание (перекрёстный ход) со сменой позиции (спереди и сзади);
- ход на одну ногу с прыжком;
- боковой ход с каблука;
- выбросы ног крест – накрест с подскоком на одной ноге.

Маленький этюд на основе движений молдавского народного танца.

Движения молдавского народного танца. «Хора» (м/р 6/8)

1. Основные движения:

- покачивание на п/п;
- боковой шаг;

Описание:

На «раз» – небольшой шаг правой ногой в сторону на п/п с опусканием на всю ступню; корпус и голова слегка наклоняются вправо.

На «два» – пауза.

На «три» – приставить левую ногу к правой ноге на всю ступню в 6-ю позицию, слегка приседая и поднимаясь, корпус выпрямить.

На вторую половину такта движение повторяется. Движение может исполняться с одной и той же ноги (тогда оно приобретает характер своеобразного хода) или из стороны в сторону (при этом правила исполнения сохраняются).

Боковой шаг можно исполнять в сторону по 3-й позиции, шагая на п/п и не приставляя ногу, а поводя её сзади к икре – как бы на cou-de-pied.

- шаг с выносом ноги крест – накрест (исходное положение – 3-я позиция ног);

Описание:

На «раз» – шаг правой ногой в сторону на п/п с опусканием на всю стопу (колено правой ноги вытянуто в сторону движения).

На «два» – провести левую ногу через 1-ю позицию вперёд накрест правой на 45^0 одновременно подняться на п/п правой ноги (колени и стопы обеих ног вытянуты, корпус слегка откинут влево, голова наклонена к левому плечу).

На «три» – опуститься с п/п на всю стопу.

На «четыре» – пауза.

На «пять» – повторить движение с другой ноги.

На «шесть» – подняться на п/п.

- дорожка;

Описание:

На «раз» – шаг левой ногой с каблука на всю ступню вперёд накрест правой с небольшим приседанием, правую ногу согнуть в колене, корпус немного откинуть назад и повернуться левым плечом вперёд, голова слегка наклонена к левому плечу.

На «два» – пауза.

На «три» – шаг правой ногой с носка на всю ступню в сторону, корпус и голову держать прямо, колени обеих ног вытянуты.

На « четыре» – шаг левой ногой с носка на всю ступню назад накрест правой с небольшим приседанием, корпус немного откинуть назад, поворачиваясь правым плечом вперёд, голову слегка наклонить к правому плечу.

На «пять» – пауза.

На «шесть» – шаг правой ногой с носка на всю ступню в сторону, корпус и голову держать прямо, колени вытянуть.

- пружинистый шаг – исходное положение 6-я позиция ног;

Описание:

Затакт – небольшое приседание на обеих ногах, корпус и голову держать прямо.

На «раз» – шаг вперёд правой ногой с носка на всю ступню (колено и стопа вытянуты).

На «два» – пауза.

На «три» – приставить левую ногу к правой ноге в 1-ю прямую позицию и слегка присесть на обеих ногах.

На «четыре» – шаг вперёд левой ногой с носка на всю ступню (колено и стопа вытянуты).

На «пять» – пауза.

На «шесть» – слегка присесть на обеих ногах, одновременно подвести правую ногу в 6-ю позицию и т.д.

Шаги можно исполнять вперёд накрест, а также начиная с каблука (как бы с перекатом ступни).

Маленький этюд на основе движений молдавского народного танца «Хора».

ПОЛЬСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

При разучивании элементов польского народного танца руки исполнителей лежат на талии. Однако девочка может одной рукой придерживать края платья (фартука), мальчик – заложить одну руку за спину тыльной стороной ладони, другую – вывести между 1-й и 2-й позицией ладонью кверху.

Используются 3-я и 6-я позиции ног.

Движения польского танца «Краковяк» (м/р 2/4)

1.Основные движения:

- бег;

Описание:

Исполнить небольшие лёгкие шаги вперёд (на каждую четверть такта), наступая с носка и оставляя позади присогнутую свободную ногу в невыворотном положении. Корпус слегка наклонён вперёд.

- галоп;

Описание:

Исполняется на каждую четверть такта. Галоп в паре по кругу исполняется мальчиком с левой, а девочкой – с правой ноги. Мальчик правой рукой обнимает девочку за талию, девочка кладёт левую кисть на его правое плечо. Свободные руки отводятся в стороны и поднимаются ладонями кверху.

- шаг – голубец;

Описание:

На «раз» – шаг правой ногой чуть накрест левой ноги с лёгким приседанием. Правую руку провести через 1-ю позицию.

На «и» – подпрыгнуть, соединить ноги в 6-ю позицию с ударом внутренней стороной стоп.

На «два» – опуститься в demi – plie на правой ноге, левая приподнята над полом в сторону, правая рука открывается во 2-ю позицию.

Повторить движение с другой ноги.

Голубец может исполняться отдельно, без шага, несколько раз подряд с одной ноги. Часто голубец соединяют с притопами, например: два голубца и тройной притоп.

Шаг – голубец может исполняться с полуповоротом. Для этого первый шаг делается вперёд вправо, и выброс ноги приходится как бы из центра круга. За четыре движения танцующие совершают полный поворот, немного продвигаясь вперёд по линии танца.

- притоп;

Описание:

Тройной притоп делается на счёт «раз – и – два», двойной – на счёт «раз – два». Притопы могут исполняться с поворотом направо или налево, при этом танцующие сильно наклоняют корпус вперёд.

- флик – фляк;

Описание:

Исходное положение: правым плечом в точку 1.

На «затакт» – чуть приподнять правую ногу от пола в свободном положении, стопа находится как бы позади левой ноги. Левая рука через 1-ю позицию выходит во 2-ю позицию.

На «раз» – скользящим движением вывести правую ногу вперёд.
На «два» – скользящим движением вернуть правую ногу в исходное положение.
Аналогично разучивается движение с левой ноги.

- флик – фляк в соединении с тройным притопом с полуповоротом;

Описание:

Такт 1-й: флик – фляк с правой ноги.
Такт 2-й: тройной притоп с полуповоротом.
Такт 3-й: флик – фляк с левой ноги.
Такт 4-й: тройной притоп с полуповоротом влево.

- па де буре;

Описание:

На «затакт» – слегка приседая на левой ноге, скользящим движением вывести правую ногу в сторону, корпус отклонить влево, голову повернуть к правому плечу.
На «раз» – как бы пружиня, подтянуть правую ногу к левой, подбивая её. Корпус выпрямить.
На «и» – маленький шаг левой ногой влево.
На «два» – приставить праву ногу к левой ноге.
Повторить движение с другой ноги.

- каблучки;

Описание:

Исходное положение 1-я позиция ног.
На «раз» – слегка приседая развести пятки в стороны, носки соединить.
На «два» – выпрямляя колени, соединить пятки, носки разведены.
Повторить движение.

- тройной подскок;

Описание:

На «затакт» – слегка присев, подняться на низкие п/п по 6-й позиции.
На « раз – и» - исполнить два лёгких подскока на подушечках ступней обеих ног по 6-й позиции, немного поворачиваясь на месте направо (на 1/4 поворота). Одновременно провести округлённую правую руку перед собой вправо, левую оставить на талии.
На «два» – сделать третий подскок, опускаясь с п/п на обе ступни в 6-ю позицию с ударом об пол, и слегка присесть. Правую руку опустить на талию.
На «и» – пауза.
Повторить движение, продолжая повороты.

- прыжок в 6-й позиции

Описание:

На «затакт» – слегка подпрыгнуть.
На «раз» – опуститься на подушечки обеих ступней в 6-ю позицию с ударом об пол.
На «два» – задержаться в этом положении на низких п/п. Колени слегка присогнуть.

Маленький этюд на основе движений польского народного танца «Краковяк».

3. Элементы джазового танца и современных танцевальных стилей

Занятия джаз – танцем начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации, следуя правилу «от простого – к сложному». Постепенно в уроках вводятся танцевальные комбинации с использованием хорошо усвоенных элементов.

Задачи:
- работа у станка;
- координация рук в изучении положения flat back;
- temps sauté.

Практические занятия:

Движения экзерсиса
- demi-plie по второй, четвертой, шестой позициям;
- grand-plie по второй, четвертой, шестой позициям;
- batman tendus вперёд, в сторону, назад;
- batman tendus с разворотом на 180^0;
- batman tendus с фуэте;
- batman tendus jete по всем направлениям;
- batman tendus jete в комбинациях с plie, с releve;
- rond de jambe par terre an dehor u an dedane;
- rond de jambe par terre an dehor u an dedane с passé.

Упражнение на середине зала
- изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса;
- паховые и боковые растяжки;
- flat back в сторону;
- flat back вперёд в сочетании с работой рук;
- подготовка к пируэтам.

Движения головы

1.Наклоны:
- вперёд, подбородок касается груди;
- назад, затылок касается позвоночника;
- вправо и влево, до горизонтального положения.

2.Повороты:
- вправо и влево, голову держать вертикально, не запрокидывая назад и не наклоняя вперёд.

3.Квадрат:
- наклон вперёд, возврат в исходное положение (центр), далее: наклон вправо, центр, назад – центр, влево – центр.

4.Круг:
- наклон головы вперёд и плавный перевод вправо, назад, влево, вперёд. Повторить движение в другую сторону.

5.Полукруг:
- после поворота вправо, перевести голову влево, касаясь подбородком груди. Повторить движение в другую сторону.

Движения плеч
- подъём и опускание;
- раскрытие;

- закрытие;
- полукруг;
- полный круг;
- вытягивание плеч.

Движения бёдрами
- квадрат;
- круг;
- полукруг.

Движения корпуса
- прямые наклоны;
- глубокие наклоны вперёд;
- перегибы.

Координация движений
После усвоения изолированных движений можно приступить к соединению их в различные комбинации, постепенно усложняя, варьируя темп и ритмический рисунок:

- наклон головы вправо – влево с покачиванием бёдер вперёд, назад;
- наклон головы вправо – влево с покачиванием бёдер также вправо – влево;
- наклоны головы вперёд, закрытие плеч и движение бёдрами вперёд, затем – то же назад с раскрытием плеч;
- полукруг бёдрами и головой справа налево и слева направо;
- круг головой и круги кистями (руки внизу или во 2-ой позиции);
- квадрат головой и бёдрами в одном направлении.

Кросс
- проучивание шага flat step в чистом виде;
- flat step в plie;
- temps sauté;
- temps sauté по точкам;
- temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Составление танцевальных этюдов учащимися на основе проученных движений.

Танцевальные комбинации
- разминка;
- полуприседание;
- четвертные повороты;
- икс;
- пружина;
- скольжение;
- перекат;
- двойное покачивание с «восьмёркой» руками;
- танцевальные комбинации на растяжку
- променад;
- твист с кругом руками;
- «Буратино»;
- пульсар;
- кик с перескоком;
- шассе с перескоком;
- «лягушонок»;
- «челнок»;

и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.

Ожидаемый результат
- работа у станка;
- temps sauté;
- flat back с работой рук;
- составление танцевальных этюдов.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений украинского народного танца.
- Этюд на основе движений молдавского народного танца.
- Этюд на основе движений польского народного танца.
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Балет, как вид театрального искусства.
- Бальный танец. Происхождение, связь с народным танцем.
- Выдающиеся исполнители: Гельдер, Семёнова, Уланова и другие.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- программный материал 5 года обучения по классическому, народному, современному танцам, танцевальный репертуар.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять программу танцевального коллектива по учебным дисциплинам;
- применять начальные ЗУН в области народной, классической и современной хореографии;
- демонстрировать на хореографических фестивалях свой танцевальный уровень;
- составлять собственные танцевальных композиций;
- осознанно и ответственно относиться к собственным поступкам.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- познавательной, учебно – исследовательской и проектной деятельности;
- разрешения проблем;
- способности и готовности к самостоятельному поиску методов решения практических задач с применением различных методов познания;
- адаптации в современном обществе;
- здорового и безопасного образа жизни.

НА КОНЕЦ 5-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)	Низкий (3 – 1 баллов)
1. Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Умеет применять Знания на практике.	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается применять знания на практике.	Слабо знает и исполняет классический экзерсис. Не может применять знания на практике.
2. Народно – сценический танец	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Хорошо составляет этюды. Передает характер, прекрасно владеет сюжетом.	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Составляет самостоятельно этюды. Передает характер.	Слабо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Пытается составлять этюды. Слабо передает характер.
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальные стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо владеет законами драматургии, сюжетом. Самостоятельно делает постановки. Может работать в коллективе. Хорошо владеет знаниями и применяет их на практике.	Владеет законами драматургии и сюжетом. Пытается самостоятельно делать постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями и может применять их на практике.	Знает законы драматургии. Плохо владеет сюжетом. С помощью педагога делает постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями, но не может применять их на практике.
5. Концертная деятельность	Активный участник всех смотров, фестивалей. Умеет показать своё хореографическое мастерство на концертах. Ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.	Активный участник смотров, фестивалей. Старается показать своё хореографическое мастерство. Может ориентироваться на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.	Менее активный участник концертной деятельности. Не может показать своё хореографическое мастерство. Не ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.
6. Личностные качества	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные, нравственные и гуманные качества. Имеет сформированный образ «Я».	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные и нравственные качества. Достаточно сформирован образ «Я».	Развит художественный вкус. Проявляет нравственный качества.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
5-ый год обучения

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Народно – сценический танец	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ. Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса у станка и на середине зала.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Повторение материала прошлого года по джазовому танцу.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Поднимание на п/п на опорной ноге, когда работающая нога открыта вперёд, назад или в сторону на 45^0. ▪ Battement soutenu с подъёмом в 5-ой позиции на п/п. ▪ Grand rond de jambe par terre (обвод) на demi-plie и третье port de bras с ногой. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree на п/п. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne simple с assemble.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie и grand-plie по всем позициям. ▪ Battement tendu («каблучный»). Тема: «Русский народный танец». Ходы: ▪ боковые перескоки с ударами п/п в пол; ▪ боковые перескоки с ударами каблуками.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Demi-plie по второй, четвертой, шестой позициям. ▪ Grand-plie по второй, четвертой, шестой позициям. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики: ▪ Contraction, release на четвереньках. ▪ Body roll в положении круазе сидя.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Движения экзерсиса у станка: Battement tendu в позу epaulement croisee. ▪ Battement tendu jete в позу epaulement croisee. ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi-plie по 4-ой позиции ног en face, epaulement croisee и epaulement effacee. ▪ Grand-plie по 1о-й, 2-ой, 5-ой позициям ног en face, epaulement croisee и epaulement effacee. ▪ Battement tendu в маленькие позы. ▪ Battement tendu jete en face (по всем направлениям).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация demi-plie и grand-plie (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Ходы:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ основной ход танца «Шестёра»; ▪ основной русский ход (академический); ▪ быстрый русский бег с продвижением вперёд и назад.	
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Batman tendus (по всем направлениям). ▪ Batman tendus с разворотом на 180^0. Упражнение на середине зала: ▪ Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса. ▪ Паховые и боковые растяжки. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. Кросс: ▪ Проучивание шага flat step в чистом виде.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand rond de jambe par terre и третье port de bras. ▪ Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans на 45^0 и на п/п. ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand rond de jambe par terre (обвод). ▪ Pas de bourree с переменой ног на п/п в маленьких позах.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete с двумя ударами стопой рабочей ноги по 5-ой открытой позиции ног. ▪ Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги на demi-plie по 5-й открытой позиции ног. ▪ Комбинация на battement tendu (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ «ключ» с двойной дробью; ▪ дробная дорожка с продвижением вперёд и с поворотом; ▪ двойная дробь; ▪ дробь на «три ножки».	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Batman tendus jete по всем направлениям. ▪ Batman tendus jete в комбинациях с lié, с releve. ▪ Комбинация на растяжку (усложнённый вариант). Движения головы. Наклоны: ▪ вперёд, подбородок касается груди; ▪ назад, затылок касается позвоночника; ▪ вправо и влево, до горизонтального положения. Повороты: ▪ вправо и влево, голову держать вертикально. Квадрат: ▪ наклон вперёд, возврат в исходное положение (центр), далее: наклон вправо, центр, назад – центр, влево – центр. Круг: ▪ наклон головы вперёд и плавный перевод вправо, назад, влево, вперёд. Полукруг:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ после поворота вправо, перевести голову влево, касаясь подбородком груди.	
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «верёвочке» и развороты бедра. ▪ Подготовка к «качалочке» и «качалочка». Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ отработка «ключа» (простого и двойного); ▪ «моталочка» с задеванием пола каблуком; ▪ «моталочка» с акцентом на всю ступню: ▪ «моталочка» с задеванием пола п/п; ▪ «моталочка» с задеванием пола поочерёдно п/п и каблуками; ▪ «маятник» в прямом положении.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre an dehor u an dedane. ▪ Rond de jambe par terre an dehor u an dedane c passé. Движения плеч: ▪ подъём и опускание; ▪ раскрытие и закрытие; ▪ полукруг и полный круг; ▪ вытягивание плеч. Кросс: ▪ Flat step в plie. Упражнения экзерсиса партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied с подъёмом на п/п. ▪ Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении к станку. ▪ Battement fondu на 45^0 и на п/п. ▪ Полуповорот по 5-ой позиции на п/п на двух ногах в направлении от станка. ▪ Battement developpe на 90^0 в позе epaulement effacee, epaulement croisee вперёд и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement soutenu с подъёмом в 5-ой позиции на п/п. ▪ Battement tendu jete в позу epaulement croisee вперёд и назад. ▪ Grand battement jete pointe (по всем направлениям). ▪ Маленькие позы epaulement croisee и ecartee носком в пол на demi-plie вперёд и назад. Движения раздела allegro: ▪ Перемена счёта на прыжках temps lie saute по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям ног и changement de pieds.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe par terre (одинарные и двойные). ▪ Повороты стопы при исполнении rond de jambe par terre	Практическое занятие 2 ч.

	танец	(одинарные и двойные). Тема: «Русский народный танец». Вращения: ▪ на подскоках с продвижением вперёд по диагонали; ▪ с продвижением «моталочкой»; ▪ бег в повороте.	
октябрь	Движения джазового танца	Движения бёдрами: ▪ квадрат; ▪ круг; ▪ полукруг. Кросс: ▪ Temps sauté.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Double battement frappe на 30^0 (по всем направлениям). ▪ Petit battement sur le cou-de-pied. ▪ Battement developpe на 90^0 в позе epaulement effacee, epaulement croisee вперёд и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu в маленькие и большие позы. ▪ Battement tendu и battement soutenu на demi-plie en face и в маленькие позы.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на «верёвочку». ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения корпуса: ▪ Прямые наклоны. ▪ Глубокие наклоны вперёд. ▪ Перегибы. Упражнения на координацию движений: ▪ Наклон головы вправо – влево с покачиванием бёдер вперёд, назад. ▪ Наклон головы вправо – влево с покачиванием бёдер также вправо – влево. ▪ Наклоны головы вперёд, закрытие плеч и движение бёдрами вперёд, затем – то же назад с раскрытием плеч. Кросс: ▪ Temps sauté по точкам.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu в маленькие позы. ▪ Battement fondu на 45^0 и на п/п. ▪ Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans на 45^0 и на	Практическое занятие 2 ч.

		п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete в позу epaulement croisee вперёд и назад. ▪ Поза ecartee маленькая и большая вперёд и назад носком в пол и на demi -plie. ▪ Мелкий бег на п/п, двигаясь вперёд и по кругу. ▪ Па вальса (сценическая форма).	
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu на 45^0 на всей стопе и на п/п. ▪ Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги на ногу, открытую на носок в сторону или назад. ▪ Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги с шага. ▪ Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги с прыжка. Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на дробные движения.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Упражнения экзерсиса партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement tendu jete во все маленькие позы. ▪ Battement releve lent на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд (исполняется одновременно с рукой). ▪ Battement developpe на 90^0 в позе epaulement effacee, epaulement croisee вперёд и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement tendu в позу epaulement croisee вперёд и назад и второй arabesque, затем в позу epaulement effacee вперёд и назад. ▪ Battement tendu jete pice en face.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на па-тор-тье (в характере татарского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на шаги русского танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Упражнения на координацию движений: ▪ Полукруг бёдрами и головой справа налево и слева направо. ▪ Круг головой и круги кистями (руки внизу или во 2-й позиции).	Практическое занятие 2 ч.

		Кросс: ▪ Temps sauté в комбинациях по точкам.	
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. ▪ Battement soutenu на 45^0 (по всем направлениям). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Комбинация на rond de jambe par terre.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete tombee по 5-ой позиции ног. ▪ Grand battement jete tombee по 5-ой открытой позиции ног с одним ударом стопой и п/п опорной ноги. ▪ Grand battement jete tombee по 5-й открытой позиции ног с двумя ударами стопой и п/п опорной ноги. Тема: «Украинский народный танец». Ходы: ▪ медленный женский ход; ▪ ход назад с остановкой на третьем шаге; ▪ «дорожка простая» с продвижением в сторону, с поворотом; ▪ «дорожка плетёная».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Разминка. ▪ Полуприседание.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по всем позициям, а также с releve на п/п перегибом корпуса вперёд, назад и с port de bras. ▪ Полуповороты из 5-ой позиции в 5-ую позицию с demi-plie и приёмом soutenu на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. ▪ Grand battement jete в маленькие позы вперёд и назад. ▪ Полуповороты из 5-ой позиции в 5-ую позицию с demi-plie и приёмом soutenu на п/п.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete tombee по 5-ой позиции ног. ▪ Battement fondu на 90^0 с одним ударом каблука опорной ноги в demi-plie резкие и плавные. ▪ Наклоны и перегибы корпуса по 1-ой и 4-ой прямым позициям на п/п на demi-plie вперёд, в сторону, назад. ▪ Маленькие «голубцы» (лицом к станку). Тема: «Украинский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» двойная; ▪ «тынок» (перескок с ноги на ногу); ▪ «выхилясник с упаданием»; ▪ «голубцы» с притопом; ▪ «голубцы» (подбивка одной ноги другой**).** ▪ «угинание» – сгибание к щиколотке ноги и открывание	Практическое занятие 2 ч.

		одной ноги в свободном положении вперёд на 45^0 с одновременным подскоком на другой ноге.	
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Скольжение. ▪ Перекат. ▪ Двойное покачивание с «восьмёркой» руками.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement soutenu на 45^0 (по всем направлениям). ▪ Комбинация на battement soutenu. Движения экзерсиса на середине зала и раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Веснянка»: ▪ простой танцевальный шаг; ▪ переменные шаги вперёд и назад; ▪ боковой шаг; ▪ дорожка»; ▪ «дорожка плетёная»; ▪ притопы простые и тройные.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Веснянка»: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Веснянка»: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения	Танцевальные комбинации:	Практическое

	джазового танца	▪ Променад. ▪ Твист с кругом руками.	занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete pointe (по всем направлениям). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete pointe (по всем направлениям). Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble с открыванием ноги вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Метелица» и «Гопак»: ▪ простые и тройные притопы; ▪ «дорожка» (в быстром темпе); ▪ «дорожка плетёная»; ▪ «бигунец» вперёд и назад; ▪ «ковырялочка».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ «Буратино». ▪ Пульсар.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement frappe на п/п (по всем направлениям). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe на п/п (по всем направлениям). Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre (в характере русского танца). Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Метелица» и «Гопак»: ▪ «падебаск» (маленький и большой); ▪ переступания; ▪ «голубец» маленький и большой.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». Движения танца «Метелица» и «Гопак»: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Кик с перескоком.	Практическое занятие 2 ч.

январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi rond de jambe developpe на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi rond de jambe developpe на 90^0. Движения раздела allegro: ▪ Changement de pieds в epaulement.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца «Метелица» и «Гопак».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Шассе с перескоком.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд и назад и первый и второй arabesque. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд и назад и первый и второй arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Temps lie saute по 5-ой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца «Метелица» и «Гопак».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца «Метелица» и «Гопак».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete в позу epaulement croisee вперёд и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete в позу epaulement croisee вперёд и назад. Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble в сторону в epaulement и с продвижением.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно –	Тема: «Украинский народный танец».	Практическое

	сценический танец	▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца «Метелица» и «Гопак».	занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Украинский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений украинского народного танца «Метелица» и «Гопак».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ «Лягушонок».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete в позы epaulement effacee вперёд и назад, ecartee вперёд и второй arabesque. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete в позы epaulement effacee вперёд и назад, ecartee вперёд и второй arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Temps lie saute по 4-ой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Положение ног. ▪ Положения рук.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete в позы epaulement effacee вперёд и назад, ecartee вперёд и второй arabesque. ▪ Releve на п/п в 4-ой позиции на epaulement croisee и epaulement effacee. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete в позы epaulement effacee вперёд и назад, ecartee вперёд и второй arabesque. ▪ Releve на п/п в 4-ой позиции на epaulement croisee и epaulement effacee. Движения раздела allegro: ▪ Изменение счёта на всех пройденных прыжках.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ ход с подскоком; ▪ бег с поворотом, с продвижением вперёд; ▪ боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено; ▪ припадание со сменой позиции (спереди и сзади).	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ «Челнок».	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные	Постановочная работа согласно репертуарно –	Практическое

	этюды и танцы	постановочного плана.	занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe на demi-plie. ▪ Tombee sur le cou-de-pied на п/п изучается в комбинации после battement frappe или petit battement sur le cou-de-pied . Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением вперёд и назад en face. ▪ Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением в сторону, вперёд и назад, открывая ногу на 45^0. Движения раздела allegro: ▪ Temps lie saute по 4-ой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ ход на одну ногу с прыжком; ▪ боковой ход с каблука; ▪ выбросы ног крест – накрест с подскоком на одной ноге.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete pointe во всех позах. ▪ Battement developpe на 90^0 на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent и battement developpe на 45^0 в позах: epaulement croisee, epaulement effacee, ecartee, первый и второй arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe во 2-ую позицию ног в epaulement.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ танцевальные комбинации на растяжку и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, когда работающая нога в положении sur le cou-de-pied без перемены и с переменой sur le cou-de-pied. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi rond de jambe developpe en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденных комбинаций	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений молдавского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement releve lent и battement developpe. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe во 4-ую позицию ног.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений молдавского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Хора». Основные движения: ▪ покачивание на п/п; ▪ боковой шаг; ▪ шаг с выносом ноги крест – накрест; ▪ дорожка; ▪ пружинистый шаг.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Хора». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Разучивание комбинаций партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Хора». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Разминка. ▪ Полуприседание. ▪ Четвертные повороты. ▪ Икс. ▪ Пружина. ▪ Скольжение.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Releve на п/п в 4-ю позицию с вытянутых ног и с demi-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement releve lent и battement developpe.	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Releve на п/п в 4-ю позицию с вытянутых ног и с demi-plie. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление пройденных комбинаций.	
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Хора». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Перекат. ▪ Двойное покачивание с «восьмёркой» руками. ▪ Променад. ▪ Твист с кругом руками.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на grand battement jete. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete во всех позах. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied спереди и сзади.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений молдавского танца «Хора».	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ «Буратино»; ▪ Пульсар. ▪ Кик с перескоком.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas echappe во 2-ую позицию ног в epaulement. ▪ Pas echappe во 4-ую позицию ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на grand battement jete. Движения раздела allegro: ▪ Pas de bourree ballotte.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Краковяк». Основные движения: ▪ бег; ▪ галоп; ▪ шаг – голубец; ▪ притоп; ▪ флик – фляк; ▪ флик – фляк в соединении с тройным притопом и с полуповоротом; ▪ па де буре; ▪ каблучки; ▪ тройной подскок; ▪ прыжок в 6-й позиции.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные	Постановочная работа согласно репертуарно –	Практическое

	этюды и танцы	постановочного плана.	занятие 2 ч.
май	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas echappe с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied спереди и сзади. ▪ Pas de bourree ballotte. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree на п/п без перемены ног с продвижением вперёд и назад в croisee и epaulement effacee. ▪ Поза третий arabesque носком в пол. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений польского танца «Краковяк».	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ «Шассе с перескоком. ▪ «Лягушонок». ▪ «Челнок». ▪ Танцевальные комбинации на растяжку и подвижность позвоночника, выполняемые на полу.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

©Синёва Наталья Владимировна, педагог дополнительного образования

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 13 – 14 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – базовый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

6 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 13-14 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: способствовать повышению и формированию мотивации детей к познанию и творчеству.

Задачи:

обучающие:

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- научить выражать собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- работать над выразительностью и техникой исполнения танцевального материала;

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

- изучать новый репертуар.

развивающие:

- развивать мотивацию детей к познанию и творчеству;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- продолжить формировать навыки составления танцевальных композиции;
- продолжить развитие музыкального восприятия произведений, обогащение музыкальных впечатлений на примере разнообразных художественных произведений и сведений о них;
- развивать творческую индивидуальность;
- развивать коллективные формы исполнения танцевальных номеров.

воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребёнка;
- содействовать воспитанию эстетически – нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному, трудолюбия, аккуратности;
- воспитывать уверенность в себе и в своих силах;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения.

Занятия на этом этапе обучения строятся в том же плане, но на более сложном материале.

Дети этого возраста способны к более быстрому усвоению танцевальных элементов,

у них заметно улучшена координация движений, а это позволяет разучивать с ними и более сложные комбинации.

Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.

В неделю вырабатывается – 8 часов.

В месяц – 32часа.

В год – 288 часов.

В конце учебного года проводится открытое занятие. Планируется участие всей группы в концерте.

Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
Раздел I					
1.1	Организационное занятие	беседа	**1**	**1**	**-**
Раздел II. Танцевальная азбука			**192**	**10**	**182**
2.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	**48**	**2**	**46**
Раздел III			**72**		
3.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация, постановочная работа, репетиция	**72**	**-**	**72**
Раздел IV					
4.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	**3**	**3**	**-**
Раздел V					
5.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	**12**	**-**	**12**
Раздел VI					
6.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	**8**	**4**	**4**
		Итого:	**288**	**18**	**270**

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

2. Танцевальные этюды и танцы.

3. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.
- повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности;
- решение организационных вопросов.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

На этом году обучения продолжается повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве. Развитие силы ног и стопы путём изучения упражнений на п/пальцах. Развитие координации движений.

В battement fondu, battement soutenu и battement developpe руки открываются на 2-ю позицию или в заданную позу одновременно с началом упражнений. Укрепление устойчивости (aplomb) в различных поворотах, в упражнениях на п/пальцах. Развитие пластичности рук и корпуса.

Введение полупальцев при исполнении некоторых упражнений на середине зала. Освоение техники поворотов у станка и на середине зала на полупальцах.

Построение адажио на середине зала из более сложных комбинаций. Освоение пируэтов у станка и на середине зала, первоначальное изучение прыжков. Усложнение в построении всех танцевальных комбинаций.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку выполнять движения осознанно, а не механически, укрепление устойчивости (aplomb) в различных поворотах, в упражнениях на п/пальцах. Развитие пластичности рук и корпуса.

Воспитание у учащихся умения гармоничного сочетания движений ног, корпуса и головы, необходимого для достижения выразительности и осмысленности танца.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Grand-plie по всем позициям, а также с releve на п/п, перегибом корпуса вперёд, назад и с port de bras.
- Battement fondu на demi-plie и с releve на п/п (по всем направлениям).
- Battement fondu в маленькие позы: epaulement croisee и effacee вперёд и назад.

- Rond de jambe par terre на 45^0 на п/п (en dehors и en dedans).
- Rond de jambe par terre на 45^0 на п/п en dehors и en dedans и на demi-plie.
- Battement fondu на 90^0 на п/п (по всем направлениям).
- Battement soutenu на 90^0: на всей стопе, на п/п и позах (по всем направлениям).
- Battement developpe passe (сгибание под колено работающей ноги, вытянутой на 90^0) – по всем направлениям.
- Battement releve lent на 90^0 в позы: 2-й arabesque, epaulement effacee, croisee (вперёд и назад) и ecartee вперёд (исполняется одновременно с рукой).
- Battement frappe с подъёмом на п/п по всем направлениям и окончание в позы.
- Battement frappe с окончанием на demi-plie.
- Double battement frappe с подъёмом на п/п по всем направлениям en face и epaulement в позы с окончанием на demi-plie.
- Battement developpe на 90^0 в позу ecartee назад.
- Battement releve lent на 90^0 в позу ecartee назад.
- Demi rond de jambe developpe на 90^0.
- Battement developpe в 1-ый, 2-ой, 3-ий arabesque.
- Battement developpe на attitudes в epaulement effacee.
- Grand rond de jambe jete en dehors и en dedans на 45^0 .
- Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans на 90^0 на всей стопе.
- Battement developpe на 90^0 на п/п (по всем направлениям и позах.
- Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans с окончанием на demi-plie.
- Rond de jambe en l`air на п/п.
- Petit battement sur le cou-de-pied с releve на п/п.
- Grand battement jete passe par terre (с раскатом).
- Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied без перемены и с переменой sur le cou-de-pied.
- Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans с подменой ног.
- Grand battement jete pointe во все большие позы, вперёд и назад и во 2-й arabesque.
- Pas glissade: без перемены ног и с переменой ног (лицом к станку).
- Pas sissoonne fermee в сторону (лицом к станку).
- Pas echappe на п/п с окончанием во 2-ой позиции на одну ногу sur le cou-de-pied впёред и назад.
- Pas sissoonne ouverte в сторону носком в пол (лицом к станку).
- Pas assemble на п/п (лицом к станку).

Примечание:

На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Grand-plie по всем позициям, а также с releve на п/п.
- Grand rond de jambe developpe на 90^0 en face и epaulement, приёмом releve и developpe.
- Battement fondu en face на 45^0 и на п/п.
- Battement frappe с окончанием на demi-plie и с releve на п/п.
- Double battement frappe с окончанием на demi-plie и с releve на п/п.
- Pas de bourree с переменой ног на п/п с руками и головой в маленьких позах.
- Четвертое port de bras.
- Battement releve lent на 90^0 в позы: epaulement effacee вперёд и назад, 1-ый и 2-ой arabesque.

- Battement developpe на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд и назад и 3-ий arabesque.
- Temps lie с перегибом корпуса.
- Battement fondu в маленькую позу epaulement croisee вперёд и назад на 45^0 (начинается одновременно с рукой).
- Поза 4-й arabesque носком в пол.
- Battement developpe на attitudes в epaulement croisee.
- Пятое Port de bras.
- Petit battement sur le cou-de-pied с releve на п/п.
- Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans с окончанием demi-plie.
- Preparation к pirouettes en dehors и en dedans.
- Battement developpe на 90^0 в 1-ый, 2-ой, 3-ий arabesque.
- Battement developpe на 90^0 на ecartee назад и вперёд.
- Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans en face на 90^0 на всей стопе.
- Battement releve lent на 90^0 в позу 4-ый arabesque.
- Demi rond de jambe developpe на 90^0 en dehors и en dedans.
- Полуповороты en dehors и en dedans с подменой ног.
- 4-ый arabesque приёмом releve.
- Attitudes вперёд и назад, epaulement effacee и croisee на 90^0 .
- Тур chainee на п/п (4-8 оборотов).
- Pas ballonnee в сторону, вперёд и в epaulement (на месте и с продвижением).

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro

- Pas echappe на п/п во 2-ую позицию и через несколько уроков в 4-ую позицию (en face).
- Pas echappe во 2-ую позицию с окончанием на одну ногу, другая – в положение sur le cou-de- pied.
- Pas echappe с окончанием из 2-ой позиции на одну ногу sur le cou-de-pied, заканчивая движение в assemble.
- Pas sissoonne ouverte в сторону носком в пол.
- Pas glissade (без перемены ног и с переменой ног).
- Pas sissoonne fermee в сторону.
- Pas assemble вперёд и назад в маленькие позы epaulement effacee и croisee.
- Pas glissade вперёд и назад – сначала en face , через несколько уроков в маленькие позы epaulement effacee и croisee.
- Pas sissoonne ouverte на 45^0 вперёд и назад.
- Pas echappe на п/п с окончанием во 2-ую позиции на одну ногу sur le cou-de-pied впёред и назад.
- Pas echappe в 4-ую позицию, вначале en face, по мере усвоения на epaulement effacee и croisee.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации.

На этом году обучения продолжается изучение новых элементов у станка и на середине зала. Увеличивается количество элементов парного танца, развивающих навыки обращения с партнёрами. Продолжается изучение элементов русского, молдавского и польского танцев. Начинается изучение татарского танца.

К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции танцев. Особое внимание уделяется манере и характеру исполнения элементов народного танца, рукам, корпусу, голове.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- Demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой открытым и прямым позициям ног.
- Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги на demi-plie по 5-ой открытой позиции ног (по всем направлениям).
- Battement tendu jete сквозные по 1-ой позиции со встречным проскальзыванием на опорной ноге с полуприседанием.
- Rond de jambe par terre:
- ребром каблука около опорной ноги;
- ребром каблука или носком по полу в п/приседании на опорной ноге с остановками в сторону или назад.
- Разучивание комбинации на разогрев стопы.
- Штопор: прямо; с разворотом; с оттяжкой от станка.
- Battement fondu на опорной ноге на 90^0:
- на всей стопе;
- с подниманием на п/п;
- с наклоном корпуса в координации с движением руки.
- Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка».
- Battement developpe на 90^0 с двойным ударом каблуком опорной ноги в п/приседании (по всем направлениям):
- плавное;
- резкое в координации с движением руки.
- Разучивание комбинации на battement tendu (в характере русского танца).
- Flic-flac с двумя мазками подушечкой рабочей стопы с акцентом от себя:
- в прямом положении;
- в открытом положении (по всем направлениям).
- Grand battement jete полукругом на всей стопе: с проведением ноги через 1-ую открытую позицию.
- «Голубец»:
- в сторону на 45^0 в прямом положении (лицом к станку);
- в сторону на 90^0 в прямом положении (лицом к станку).

Примечание:

На основе пройденных движений составляются комбинации.

Вращения по диагонали и по кругу

- Бег.
- Подскоки.
- Chainee на п/п;
- «Блинчики».
- Дробью («двойной»).
- На месте с подогнутыми («под себя») ногами.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Дробные движения:

- перекат – ход с каблука на всю стопу и п/пальцы (подряд и с притопом);
- переборы;
- «ключ» – дробный сложный.

2. Основные движения:

- «маятник» – в поперечном движении;
- «голубцы» – поджатыми ногами с переходом на п/пальцы.
- «верёвочка» простая и двойная с притопом;
- «верёвочка» простая и двойная с «ковырялочкой»;
- «верёвочка» простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая на щиколотке впереди или сзади;
- «верёвочка» простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-ой открытой позиции;
- «верёвочка» простая и двойная с поворотом на 360^0 в приседании на п/пальцах;
- «три верёвочки» и подскок с поджатыми ногами;
- три двойных дорожки с заключительным ударом;
- поочерёдные выбрасывания ног вперёд перед собой и в стороны на каблук или всю стопу.

3. Присядки:

- растяжки в стороны на носки, на каблуки;
- растяжки вперёд на каблук одной ноги и на носок другой;
- растяжка через 1-ую закрытую позицию на п/приседании на каблуки в стороны;
- «ползунок» – вперёд и в сторону на пол и на воздух.

4. Прыжки:

- с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади);
- одна нога прямая, другая согнутая в колене;
- «гигантские шаги» по диагонали.

5. Вращения:

- chainee на п/п;
- «блинчики».
- дробью («двойной»).
- на месте с подогнутыми («под себя») ногами.

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Основные движения:

- шаг в сторону – с выносом другой ноги вверх на 30^0 в перекрещенном положении;
- мелкие переступания на п/пальцы на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону;
- шаг на ребро каблука с последующим соскоком;
- вращение в паре внутрь и наружу на подскоках;
- прыжок с поджатыми ногами;
- «ключ» молдавский (носок – каблук, носок – каблук разными носами);
- соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами;

- тройные переборы ногами;
- подъём девушки за талию на месте с переносом;
- покачивание на п/п;
- плавный боковой шаг;
- плавный боковой ход в одну сторону;
- шаг с выносом ноги крест – накрест.

Движения молдавского танца «Сырба»

1. Основные движения:

- быстрое покачивание на п/п;
- простой бег с поднимание ног перед собой и подниманием ног назад;
- подскоки на двух ногах с поочерёдным подниманием их перед собой;
- шаг с подскоком и выносом ноги вперёд;
- шаг с подскоком;
- боковой бег на одну ногу;
- шаг с каблука.

Движения танца «Молдовеняска»

1. Основные движения:

- покачивание на п/п;
- плавный боковой шаг;
- плавный боковой ход в одну сторону;
- шаг с выносом ноги крест – накрест;
- шаг с подниманием другой ноги назад;
- простой бег с подниманием ног вперёд и назад;
- шаг с подскоком;
- боковой ход на одну ногу;
- соскок во 2-ую позицию с последующим сгибанием одной ноги под колено;
- шаг с каблука;
- шаг с каблука с двумя подскоками;
- шаг с каблука и перескок в сторону;
- перескоки с выносом ног на каблуки и прыжок («ключ»).

Маленький этюд на основе движений молдавского народного танца.

ПОЛЬСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения польского танца «Мазурка» (м/р 3/4)

1. Основные движения:

- основной ход «Мазурки» (па галя);
- лёгкий бег;
- скольжение одной ногой с подбиванием её другой;
- «голубец» – подбивание ноги подряд в сторону;
- подготовка к парному вращению;
- уступающий переход (до-зе-до) на различных движениях;
- опускание на колено (с шага; с выпадом);
- обвод девушки за руку: (стоя на колене; стоя на выпаде);
- вращение в паре внутрь;
- «кабриоль» в сторону 45^0 в прямом положении;
- «обертас» – растяжка назад в полном приседании (мужское движение);
- заключение простое и двойное;

- «голубец» с шагом;
- шаг – «ключ»;
- поворот – «ключ».

Маленький этюд на основе движений польского танца «Мазурка».

Движения польского танца «Оберек»

1. Основные движения:

- лёгкий бег вперёд с наклонами на первую четверть, в парах;
- повороты в парах с откидыванием ноги (в позе вальса);
- «голубцы» в парах одинарные и двойные, («голубцы» делают юноши);
- присядки;
- повороты девушек под рукой юноши;
- поднимание девушек;
- повороты в парах с акцентом на левую ногу с подниманием правой ноги назад (делают юноши) и с остановкой по 6-ой позиции на п/п (делают девушки);
- перекидывание ног назад с поворотом в парах – «козлы» (движение для юношей);
- быстрые повороты на месте в парах с наклоном корпуса вперёд и с постепенным его выпрямлением;
- притопы простые, двойные и тройные;
- кружение с опусканием на колено;
- шаг с подскоком;
- переступания;
- вращение с поджатой ногой;
- вращение с поднятой ногой;
- шаг накрест с кружением;
- подскоки на одной ноге;
- боковой шаг;
- «обертас».

Маленький этюд на основе движений польского танца «Оберек».

ТАТАРСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Положение ног

- в татарском танце применяются 6-я, 3-я, 1-я и 5-я свободные позиции ног.
- **Положения рук**
- девушка придерживает края фартука;
- девушка опускает руки вниз, ладони слегка отогнуты в стороны,
- девушка одной рукой придерживает головного платка, вторая рука – на талии;
- девушка одной рукой придерживает край фартука, другой – край платка, как бы закрываясь им;
- девушка держится двумя руками за кончики головного платка на уровне висков;
- юноша держит руки на талии;
- юноша закладывает обе руки за спину;
- юноша разводит руки в стороны, ладони слегка отогнуты («смотрит» в стороны);
- юноша двумя руками как бы придерживает сзади тюбетейку;
- юноша скрещивает руки на уровне груди, локти приподняты;
- юноша и девушка держатся за руки;
- юноша и девушка держатся под руки;
- юноша и девушка держатся крест – накрест боком друг к другу;

- юноша одной рукой может поддерживать девушку за талию.

В движениях рук в танце у юношей также активно используется платок, который может быть перекинут через плечо, зажат в вытянутой вперёд руке и т.д.

Движения танца (м/р 2/4)

Основные движения:

- первый ход (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

На «раз» – шаг правой ногой вперёд.
На «и» – приставить левую ногу к правой.
На «два» – небольшой шаг правой ногой вперёд.
На «и» – пауза.
Затем движение исполняется с другой ноги.

- основной ход (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

Продвижение на невысоких п/п, на каждую четверть такта делается маленький скользящий шаг вперёд.

- большой шаг (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

Исполняется на три такта музыки.
Такты 1 – 2: на «раз» – шаг левой ногой вперёд.
На «два – раз» – правая нога приёмом developpe выносится вперёд на 90^0 .
На «два» – шаг правой ногой вперёд.
Такт 3: на «раз – два» – левая нога приёмом developpe выносится вперёд на 90^0.

- обратное «чалыштыру» (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – взмахнуть правой ногой в сторону на 25^0.
На «раз» – упасть на правую ногу накрест левой.
На «и» – подскочить на правой ноге, отбросив левую ногу от колена в сторону.
На «два – и» – повторить движение с другой ноги.

- «забивание гвоздей» (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

На «раз» – лёгкий подскок на п/п правой ноги, левую ногу откинуть от колена назад.
На «и» – сильно ударить подушечкой ступни левой ноги позади правой.
На «два – и» – повторить движение.

Аналогично исполняется движение с другой ноги, а также попеременно с правой, левой ноги и в повороте.

- пятка – носок;

Описание:

На «раз» – лёгкий подскок на левой ноге, правая нога ставится на пятку у носка левой ноги.
На «два» – лёгкий подскок на левой ноге, правую ногу поставить на носок у носка левой ноги.

Аналогично исполняется движение с другой ноги, а также попеременно с правой, левой ноги (нога ставится не на носок, а в 6-ю позицию, можно также произвести подмену ноги).

- «цепочка» (исходное положение – 3-я позиция ног, правая нога впереди);

Описание:

На «затакт» – подняться на низкие п/п.

На «раз» – скользнув носком по полу, завести правую ногу назад в 3-ю позицию.

На «два» – повторить движение с другой ноги.

- «ёлочка» (исходное положение – 1-ая свободная позиция);

Описание:

Исполняется по принципу движения «гармошка» в русском танце.

- эпипе (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

Исполняется по принципу движения «ёлочка» в русском танце.

- «уголок» (исходное положение – 1-ая свободная позиция);

На «затакт» – небольшой подскок.

На «раз» – demi-plie по 2-ой позиции.

На «и» – перескок на левую ногу, правая нога подводится на cou-de-pied сзади.

На «два – и» – повторить движение с другой ноги.

- па де баск на носок (исходное положение – 3-я позиция ног);

Описание:

Исполняется по принципу аналогичного движения в польском, украинском танцах. Может исполняться с выносом ноги на каблук, с поворотом, с двойным подскоком (по окончании движения).

- перебор (исходное положение – 6-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – вывести правую ногу в сторону, слегка приподняв её.

На «раз» – поставить правую ногу на пол с носка на пятку.

На «и» – левую ногу, согнутую в колене, приподнять и поставить накрест правой ноги с носка на пятку. Затем движение повторяется.

Аналогично исполняется с другой ноги, а также с подскоком.

- неглубокие присядки (движение для юношей).

Маленький этюд на основе движений татарского танца.

3. Движения джазового танца и современных танцевальных стилей

Задачи:

- соединение движений одного центра с шагами;
- трёхшаговые повороты;
- пируэты.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- grand batman jete по всем направлениям через developpes;
- арабески;
- 1 port de bras;

- 2 port de bras;
- 3 port de bras;
- demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой позициям ног открытым и закрытым;
- battement tendu по 1-ой открытой позиции ног en face вперёд, в сторону, назад в большие позы;
- battement tendu jete по 1-ой закрытой позиции ног;
- rond de jambe par terre с одновременным круговым движением корпуса, нога вперёд – корпус с поднятыми руками отклоняется назад, нога в сторону – корпус отклоняется в противоположную сторону, нога сзади - корпус отклонен вперёд (с остановками спереди и сзади);
- petit battement sur le cou-de-pied по 1-ой открытой и закрытой позициям ног;
- battement fondu по всем направлениям;
- battement developpe по всем направлениям на 90^0;
- grand battement jete по 1-ой открытой и закрытой позициям ног: согнутой в колене ногой (attitude вперёд и в сторону);
- grand battement jete по 1-ой открытой и закрытой позициям ног по всем направлениям.

Упражнение на середине зала

- разминочная часть урока (партер);
- позиции рук: 5, 6, 7 джаз позиции;
- упражнения свингового характера;
- упражнения для расслабления позвоночника;
- проработка движений: drop u swing roll down u roll up;
- twist торса;
- скручивание в 6 позицию;
- «восьмёрка» корпусом с позиции скручивания одновременно;
- пируэты на 180 градусов со 2 позиции;
- пируэты на 180 градусов с 4 позиции;
- пируэты на 360 градусов со 2 позиции;
- пируэты на 360 градусов с 4 позиции;
- трёхшаговый поворот по прямой;
- трёхшаговый поворот с пируэтом по прямой;
- трёхшаговый поворот с пируэтом по диагонали;
- flat step в сочетании с работой плеч;
- flat step в сочетании с «восьмёркой» тазом;
- grand batman с двумя шагами по диагонали.

Изолированные движения

Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами) с целью совершенствования техники изоляции.

Координация движений

Разученные ранее соединения однонаправленных движений умножаются за счёт вовлечения трёх и более центров с движением рук, перемещением на простых или приставных шагах, шассе и т.д.

Упражнения умножаются за счёт введения оппозиционного направления движений различных частей тела:

- наклон головы назад, бёдра вывести вперёд, и наоборот;

- наклоны головы вправо – влево с покачиванием бёдер влево – вправо;
- покачивание бёдер влево – вправо с наклоном головы только вправо, кисть поднятой в сторону правой руки движется вверх – вниз. Аналогичные движения исполняются в другую сторону;
- руки во 2-ой позиции, кисти двигаются вверх – вниз, бёдра вперёд – назад, наклоны головы вправо – влево;
- четыре приставных шага с «пружинкой» в сторону в сочетании с движением рук по схеме:
  На « раз» – правая вверх.
  На « два» – правая вниз, левая вверх.
  На « три» – правая рука вверх, левая вниз.
  На « четыре» – правая рука вниз.
  На « пять» – руки в стороны.
  На « шесть» – скрестить руки перед корпусом.
  На « семь» – снова руки в стороны.
  На «восемь» – руки опустить.
  Аналогичные движения выполняются в другую сторону:
  На счёт «раз» – присесть на правой ноге, левую поставить вперёд на носок, колено согнуто, голову наклонить вперёд, бедро и правую руку вывести вперёд, левую руку – в сторону.
  На счёт «два» – подскочить на месте, опускаясь в 6-ю позицию с полуприседанием, голову наклонить назад, бёдра – назад, не меняя положения рук, приподнять кисти.
  На счёт «три – четыре» – то же с другой ноги.

Кросс

- battement developpe с продвижением вперёд по 1-ой закрытой позиции ног;
- grand battement jete с продвижением вперёд подряд и на каждый четвёртый шаг по 1-ой закрытой позиции ног;
- rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд (на каждый четвёртый шаг);
- подготовка к tour;
- pas de bourree;
- шаги с поворотами;
- вращения.

Танцевальные комбинации

- уголки;
- сброс плеч;
- расслабление плеч;
- припадание;
- маятник;
- мим;
- равновесие.

Все упражнения разложены на чётко ритмическом рисунке, использованы синкопы, смещенный ритм, свойственный джазовому танцу. Проучивание танцевальных этюдов на основе изученных движений.

Ожидаемый результат

- грамотное исполнение пируэтов;
- грамотное исполнение трёхшаговых поворотов;
- умение соединять движения одного центра с шагами;

- работа у станка.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений молдавского народного танца.
- Этюд на основе движений польского народного танца.
- Этюд на основе движений татарского народного танца.
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Балет, как вид театрального искусства.
- Танец джаз (происхождение, связь с музыкой и т.д.).

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- программный материал 6 года обучения по классическому, народному, современному танцам, танцевальный репертуар.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять более сложные комбинации классического, народно – сценического, джазового танца и других современных танцевальных стилей, требующие соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки;
- исполнять коллективные формы танцевальных номеров;
- грациозно и органично двигаться, исполняя танцы из репертуара ансамбля «Искорка», согласовывая движения с музыкой, используя все сценические и актёрские навыки;
- уметь продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- высокого уровня мотивации к успешности (активно участвовать и побеждать в концертной деятельности: индивидуальные и групповые выступления в концертных программах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях);
- составления собственных танцевальных композиций;
- адаптации в современном обществе;
- здорового образа жизни.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 6-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)	Низкий (3 – 1 баллов)

1. Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Умеет применять знания на практике.	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается применять знания на практике.	Слабо знает и исполняет классический экзерсис. Не может применять знания на практике.
2. Народно – сценический танец	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Хорошо составляет этюды. Передает характер, прекрасно владеет сюжетом.	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Составляет самостоятельно этюды. Передает характер.	Слабо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Пытается составлять этюды. Слабо передает характер.
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальные стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо владеет законами драматургии, сюжетом. Самостоятельно делает постановки. Может работать в коллективе. Хорошо владеет знаниями и применяет их на практике.	Владеет законами драматургии и сюжетом. Пытается самостоятельно делать постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями и может применять их на практике.	Знает законы драматургии. Плохо владеет сюжетом. С помощью педагога делает постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями, но не может применять их на практике.
5. Концертная деятельность	Активный участник всех смотров, фестивалей. Умеет показать своё хореографическое мастерство на концертах. Ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.	Активный участник смотров, фестивалей. Старается показать своё хореографическое мастерство. Может ориентироваться на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.	Менее активный участник концертной деятельности. Не может показать своё хореографическое мастерство. Не ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.
6. Личностные качества	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные, нравственные и гуманные качества. Имеет сформированный образ «Я».	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные и нравственные качества. Имеет достаточно сформированный образ «Я».	Развит художественный вкус. Проявляет нравственный качества.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
6-ой год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Народно –	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся.	Практическое

	сценический танец	▪ Проведение инструктажа по ТБ. Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой открытым и прямым позициям ног. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ переборы; ▪ «ключ» – дробный сложный.	занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса и партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand-plie по всем позициям, а также с releve на п/п, перегибом корпуса вперёд, назад и с port de bras. ▪ Battement fondu на demi-plie и с releve на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand-plie по всем позициям, а также с releve на п/п.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Разучивание комбинации на разогрев стопы. ▪ Комбинация на battement tendu (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «маятник» – в поперечном движении; ▪ «голубцы» – поджатыми ногами с переходом на п/пальцы. ▪ «верёвочка» простая и двойная с притопом; ▪ «верёвочка» простая и двойная с «ковырялочкой».	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand batman jete по всем направлениям через developpes. ▪ Арабески. ▪ Упражнения для растягивания мышц задней поверхности бедра, ахиллова сухожилия. Упражнение на середине зала: ▪ Разминочная часть урока (партер). ▪ Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса. ▪ Паховые и боковые растяжки. Кросс: ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement fondu в маленькие позы: epaulement croisee и effacee вперёд и назад. ▪ Rond de jambe par terre на 45^0 на п/п (en dehors и en dedans). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand rond de jambe developpe на 90^0 en face и epaulement,	Практическое занятие 2 ч.

		приёмом releve и developpe.	
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Штопор: прямо; с разворотом; с оттяжкой от станка. ▪ Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги на demi-plie по 5-ой открытой позиции ног (по всем направлениям). ▪ Battement tendu jete сквозные по 1-ой открытой позиции со встречным проскальзыванием на опорной ноге с полуприседанием. Тема: «Русский народный танец». Присядки: ▪ растяжки в стороны на носки, на каблуки; ▪ растяжки вперёд на каблук одной ноги и на носок другой.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ 1 port de bras. ▪ 2 port de bras. ▪ 3 port de bras. Упражнение на середине зала: ▪ Разминочная часть урока (партер). ▪ Позиции рук: 5, 6, 7 джаз позиции. ▪ Упражнения свингового характера. Кросс: ▪ Battement developpe с продвижением вперёд по 1-ой закрытой позиции ног. ▪ Grand battement jete с продвижением вперёд подряд и на каждый четвёртый шаг по 1-ой закрытой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe par terre на 45^0 на п/п en dehors и en dedans и на demi-plie. ▪ Battement fondu на 90^0 на п/п (по всем направлениям). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement fondu en face на 45^0 и на п/п.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере русского танца). ▪ Комбинация на battement tendu «каблучный» (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая на щиколотке спереди или сзади; ▪ «верёвочка» простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-ой открытой позиции; ▪ «верёвочка» простая и двойная с поворотом на 360^0 в приседании на п/пальцах; ▪ «три верёвочки» и подскок с поджатыми ногами.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Разучивание движений к танцу «Чудо – скакалка».	Практическое занятие 2 ч.

сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement soutenu на 90^0: на всей стопе, на п/п и позах. Battement developpe passe (сгибание под колено работающей ноги, вытянутой на 90^0). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe с окончанием на demi-plie и с releve.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка». ▪ Комбинация на растяжку (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ три двойных дорожки с заключительным ударом; ▪ поочерёдные выбрасывания ног вперёд перед собой и в стороны на каблук или всю стопу.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой позициям ног открытым и закрытым. ▪ Battement tendu по 1-ой открытой позиции ног en face вперёд, в сторону, назад в большие позы. Упражнение на середине зала: ▪ Упражнения для расслабления позвоночника. Кросс: ▪ Rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд (на каждый четвёртый шаг).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на 90^0 в позы: 2-й arabesque, epaulement effacee, croisee (вперёд и назад) и ecartee вперёд (исполняется одновременно с рукой). ▪ Battement frappe с подъёмом на п/п по всем направлениям и окончание в позы. Battement frappe с окончанием на demi-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Double battement frappe с окончанием на demi-plie и с releve на п/п.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере русского танца). ▪ Упражнения экзерсиса партерной гимнастики. Тема: «Русский народный танец». Присядки: ▪ растяжка через 1-ую закрытую позицию на п/приседании на каблуки в стороны; ▪ «ползунок» – вперёд и в сторону на пол и на воздух.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Double battement frappe с подъёмом на п/п по всем направлениям en face и epaulement в позы с окончанием на demi-plie.	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Battement developpe на 90^0 в позу ecartee назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree с переменой ног на п/п с руками и головой в маленьких позах.	
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: Rond de jambe par terre: ▪ ребром каблука около опорной ноги; ▪ ребром каблука или носком по полу в п/приседании на опорной ноге с остановками в сторону или назад. Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на «верёвочку». ▪ Комбинация на присядки. ▪ Комбинация на хлопушки.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement tendu jete по 1-ой закрытой позиции ног. Упражнение на середине зала: ▪ Проработка движений: drop u swing roll down u roll up. Кросс: ▪ Подготовка к tour.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на 90^0 в позу ecartee назад. ▪ Demi rond de jambe developpe на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Четвертое port de bras. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe на п/п во 2-ую позицию и через несколько уроков в 4-ую позицию (en face).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre с одновременным круговым движением корпуса. Упражнение на середине зала: ▪ Twist торса. ▪ Скручивание в 6 позицию. Кросс: ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe в 1-ый, 2-ой, 3-ий arabesque. ▪ Battement developpe на attitudes в epaulement effacee. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent на 90^0 в позы: epaulement effacee вперёд и назад, 1-ый и 2-ой arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe во 2-ую позицию с окончанием на одну ногу, другая **–** в положение sur le cou**-**de**-** pied.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на па**-**тор-тье (в характере татарского танца). «Чечётка» (flic**-**flac) с двумя мазками подушечкой рабочей стопы с акцентом от себя: ▪ в прямом положении; ▪ в открытом положении вперёд, в сторону, назад.	Практическое занятие 2 ч.

		Тема: «Русский народный танец». Прыжки: ▪ с согнутыми ногами: одна спереди, другая сзади; ▪ одна нога прямая, другая согнутая в колене; ▪ «гигантские шаги» по диагонали.	
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand rond de jambe jete en dehors и en dedans на 45^0. ▪ Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans на 90^0 на всей стопе. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe на 90^0 в позу epaulement croisee вперёд и назад и 3-ий arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe с окончанием из 2-ой позиции на одну ногу sur le cou-de-pied, заканчивая движение в assemble.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied по 1-ой открытой и закрытой позициям ног. Упражнение на середине зала: ▪ «Восьмёрка» корпусом с позиции скручивания одновременно. Изолированные движения ▪ Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами). Кросс: ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: Battement developpe на 90^0 с двойным ударом каблуком опорной ноги в п/приседании вперёд, в сторону и назад: ▪ плавное; ▪ резкое в координации с движением руки. Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ шаг в сторону – с выносом другой ноги вверх на 30^0 в перекрещенном положении; ▪ мелкие переступания на п/пальцы на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону; ▪ шаг на ребро каблука с последующим соскоком; ▪ вращение в паре внутрь и наружу на подскоках; ▪ прыжок с поджатыми ногами.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое

	джазового танца		занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement releve lent на п/п. ▪ Battement developpe на 90^0 на п/п в позах. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Temps lie с перегибом корпуса. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre (в характере русского танца). Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ «ключ» молдавский (носок **–** каблук, носок **–** каблук разными носами); ▪ соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами; ▪ тройные переборы ногами; ▪ подъём девушки за талию на месте с переносом; ▪ покачивание на п/п.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement fondu по всем направлениям. Упражнение на середине зала: ▪ Пируэты на 180 градусов со 2 позиции. ▪ Пируэты на 180 градусов с 4 позиции. Изолированные движения ▪ Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами). Кросс: ▪ Pas de bourree.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans с окончанием на demi**-**plie. ▪ Rond de jambe en l`air на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement fondu в маленькую позу epaulement croisee вперёд и назад на 45^0. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на flic**-**flac (в характере русского танца). Тема: «Молдавский народный танец». Основные движения: ▪ плавный боковой шаг; ▪ плавный боковой ход в одну сторону; ▪ шаг с выносом ноги крест **–** накрест.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные	Постановочная работа согласно репертуарно –	Практическое

	этюды и танцы	постановочного плана.	занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied с releve на п/п. ▪ Grand battement jete passe par terre (с раскатом). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза 4-й arabesque носком в пол. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne ouverte в сторону носком в пол.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на grand battement jete (в характере русского танца). Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement developpe по всем направлениям на 90^0. Упражнение на середине зала: ▪ Пируэты на 180 градусов со 2 позиции. ▪ Пируэты на 180 градусов с 4 позиции. Изолированные движения ▪ Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами) с целью совершенствования техники изоляции. Кросс: ▪ Pas de bourree.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe на attitudes в epaulement croisee. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: «Голубец»: ▪ в сторону на 45^0 в прямом положении (лицом к станку); ▪ в сторону на 90^0 в прямом положении (лицом к станку). Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Сырба». Основные движения: ▪ быстрое покачивание на п/п; ▪ простой бег с поднимание ног перед собой и подниманием ног назад; ▪ подскоки на двух ногах с поочерёдным подниманием их перед собой; ▪ шаг с подскоком и выносом ноги вперёд; ▪ шаг с подскоком; ▪ боковой бег на одну ногу; ▪ шаг с каблука.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.

декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Сырба». ▪ Отработка и закрепление движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied без перемены и с переменой sur le cou-de-pied. ▪ Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans с подменой ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Пятое Port de bras. Движения раздела allegro: ▪ Pas glissade (без перемены ног и с переменой ног).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: Battement fondu на опорной ноге на 90^0: ▪ на всей стопе; ▪ с подниманием на п/п; ▪ с наклоном корпуса в координации с движением руки. Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Молдовеняска». Основные движения: ▪ покачивание на п/п; ▪ плавный боковой шаг; ▪ плавный боковой ход в одну сторону; ▪ шаг с выносом ноги крест – накрест; ▪ шаг с подниманием другой ноги назад; ▪ простой бег с подниманием ног вперёд и назад; ▪ шаг с подскоком.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete по 1-ой открытой и закрытой позициям ног: согнутой в колене ногой (attitude вперёд и в сторону). Упражнение на середине зала: ▪ Пируэты на 180 градусов со 2 позиции. ▪ Пируэты на 180 градусов с 4 позиции. Изолированные движения ▪ Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами). Движения с последовательной координацией: ▪ Наклон головы назад, бёдра вывести вперёд, и наоборот. ▪ Наклоны головы вправо – влево с покачиванием бёдер влево – вправо. Кросс: ▪ Шаги с поворотами.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied с releve на п/п. ▪ Rond de jambe en l`air en dehors и en dedans с окончанием demi-plie. Движения раздела allegro:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete полукругом на всей стопе: с проведением ноги через 1-ую открытую позицию. Тема: «Молдавский народный танец». Движения молдавского танца «Молдовеняска» Основные движения: ▪ боковой ход на одну ногу; ▪ соскок во 2-ую позицию с последующим сгибанием одной ноги под колено; ▪ шаг с каблука; ▪ шаг с каблука с двумя подскоками; ▪ шаг с каблука и перескок в сторону; ▪ перескоки с выносом ног на каблуки и прыжок («ключ»).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Движения с последовательной координацией: ▪ Покачивание бёдер влево **–** вправо с наклоном головы только вправо, кисть поднятой в сторону правой руки движется вверх **–** вниз. Кросс: ▪ Шаги с поворотами.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete pointe во все большие позы, вперёд и назад и во 2-й arabesque. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Preparation к pirouettes en dehors и en dedans. ▪ Battement developpe на 90^0 в 1-ый, 2-ой, 3-ий arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных прыжков.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на дробные выстукивания (в характере русского танца). Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Отработка движений танца «Молдовеняска» .	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu (в характере русского танца). Тема: «Молдавский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений танца «Молдовеняска».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Упражнение на середине зала: ▪ Пируэты на 360 градусов со 2 позиции. ▪ Пируэты на 360 градусов с 4 позиции. Движения с последовательной координацией: ▪ Руки во 2-ой позиции, кисти двигаются вверх **–** вниз, бёдра	Практическое занятие 2 ч.

		вперёд – назад, наклоны головы вправо – влево. Кросс: ▪ Вращения.	
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas glissade: без перемены ног и с переменой ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement developpe на 90^0 на ecartee назад и вперёд. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на grand battement jete (в характере польского танца). Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Мазурка» Основные движения: ▪ основной ход «Мазурки» (па галя); ▪ лёгкий бег; ▪ скольжение одной ногой с подбиванием её другой; ▪ «голубец» – подбивание ноги подряд в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete по 1-ой открытой и закрытой позициям ног: согнутой в колене ногой (attitude вперёд и в сторону). Упражнение на середине зала: ▪ Пируэты на 360 градусов со 2 позиции. ▪ Пируэты на 360 градусов с 4 позиции. Изолированные движения ▪ Повторение и отработка движений и комбинаций. Движения с последовательной координацией: ▪ Четыре приставных шага с «пружинкой» в сторону в сочетании с движением рук. Кросс: ▪ Вращения.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas sissoonne fermee в сторону (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans en face на 90^0 на всей стопе. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Мазурка» Основные движения: ▪ подготовка к парному вращению; ▪ уступающий переход (до-зе-до) на различных движениях; ▪ опускание на колено (с шага; с выпадом); ▪ обвод девушки за руку: (стоя на колене; стоя на выпаде); ▪ вращение в паре внутрь.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.

февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на растяжку (в характере русского танца) **–** лицом к станку. Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Мазурка» Основные движения: ▪ «кабриоль» в сторону 45^0 в прямом положении; ▪ «обертас» **–** растяжка назад в полном приседании (мужское движение); ▪ заключение простое и двойное; ▪ «голубец» с шагом; ▪ шаг **–** «ключ»; ▪ поворот **–** «ключ».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete по 1-ой позициям ног. Упражнение на середине зала: ▪ Трёхшаговый поворот по прямой. ▪ Трёхшаговый поворот с пируэтом по прямой. Кросс: ▪ Вращения.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas echappe на п/п с окончанием во 2-ой позиции на одну ногу sur le cou**-**de**-**pied впёред и назад. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement releve lent на 90^0 в позу 4-ый arabesque. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne fermee в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Отработка основных движений польского танца «Мазурка».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений польского танца «Мазурка».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие

		Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Demi rond de jambe developpe на 90^0. Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble вперёд и назад в маленькие позы epaulement effacee и croisee.	2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Оберек». Основные движения: ▪ лёгкий бег вперёд с наклонами на первую четверть, в парах; ▪ повороты в парах с откидыванием ноги (в позе вальса); ▪ «голубцы» в парах одинарные и двойные, («голубцы» делают юноши); ▪ присядки.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнение на середине зала: ▪ Трёхшаговый поворот с пируэтом по диагонали. Кросс: ▪ Вращения.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas sissoonne ouverte в сторону носком в пол. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Полуповороты en dehors и en dedans с подменой ног. ▪ 4-ый arabesque приёмом releve. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Оберек». Основные движения: ▪ повороты девушек под рукой юноши; ▪ поднимание девушек; ▪ повороты в парах с акцентом на левую ногу с подниманием правой ноги назад (делают юноши) и с остановкой по 6-ой позиции на п/п (делают девушки).	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Упражнения и комбинации экзерсиса партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Движения польского танца «Оберек». Основные движения: ▪ перекидывание ног назад с поворотом в парах **–** «козлы» (движение для юношей); ▪ быстрые повороты на месте в парах с наклоном корпуса вперёд и с постепенным его выпрямлением; ▪ кружение с опусканием на колено; ▪ шаг с подскоком; ▪ переступания.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения	Упражнение на середине зала:	Практическое

	джазового танца	▪ Flat step в сочетании с работой плеч. ▪ Flat step в сочетании с «восьмёркой» тазом. Кросс: ▪ Вращения.	занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas assemble на п/п (лицом к станку). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Attitudes вперёд и назад, epaulement effacee и croisee на 90^0. Движения раздела allegro: ▪ Pas glissade вперёд и назад – сначала en face , через несколько уроков в маленькие позы epaulement effacee и croisee.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Основные движения польского танца «Оберек»: ▪ вращение с поджатой ногой; ▪ вращение с поднятой ногой; ▪ шаг накрест с кружением.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». Основные движения польского танца «Оберек»: ▪ подскоки на одной ноге; ▪ боковой шаг; ▪ «обертас».	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Упражнение на середине зала: ▪ Grand batman с двумя шагами по диагонали. Кросс: ▪ Вращения.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Отработка основных движений польского танца «Оберек».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие

		Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Тур chainee на п/п (4-8 оборотов). Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne ouverte на 45^0 вперёд и назад.	2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений польского танца «Оберек».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Уголки. ▪ Сброс плеч.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений польского танца «Оберек».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Расслабление плеч. ▪ Припадание.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Польский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений польского танца «Оберек».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas ballonnee в сторону, вперёд и в epaulement. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe на п/п с окончанием во 2-ую позиции на одну ногу sur le cou-de-pied впёред и назад.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Татарский народный танец». Основные движения: ▪ Положение ног и рук. ▪ Разучивание основных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Маятник. ▪ Мим. ▪ Равновесие.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2
апрель	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Татарский народный танец». ▪ Разучивание основных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Упражнения и комбинации экзерсиса партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический	Движения экзерсиса у станка:	Практическое

	танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe в 4-ую позицию, вначале en face, по мере усвоения на epaulement effacee и croisee.	занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Татарский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений татарского танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Татарский народный танец». ▪ Постановка этюда на основе движений татарского танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Классический танец 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Классический танец 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 15 – 16 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – продвинутый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

7 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 15-16 лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: способствовать расширению границ самостоятельного творчества и содействовать личностному самоопределению.

Задачи:

обучающие:

- овладеть комплексом специальных хореографических упражнений, способствующих развитию допрофессиональных умений и навыков, соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- изучать новый репертуар;
- подготавливать наиболее способных учащихся к поступлению в специальные хореографические учебные заведения.

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

развивающие:

- развивать мотивацию детей к познанию и творчеству;
- продолжить формировать навыки составления танцевальных композиции;
- развивать у учащихся творческие способности (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации);
- содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе.

воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребёнка;
- воспитывать уверенность в себе и в своих силах;
- содействовать воспитанию целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе, бережливого отношения к сценическим костюмам;
- формировать потребность в здоровом и безопасном образе жизни.

Третий уровень обучения детей хореографии предполагает специализированные занятия в избранном жанре хореографического искусства. Изучение нового репертуара и совершенствование исполнительского мастерства.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения.

Занятия на этом этапе обучения строятся в том же плане, но на более сложном материале.

Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.

В неделю вырабатывается – 8 часов.

В месяц – 32 часа.

В год – 288 часов.

В конце учебного года проводится класс – концерт. Планируется участие группы в концертах, конкурсах, фестивалях.

Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
	Раздел I				
1.1	Организационное занятие	беседа	1	1	-
	Раздел II. Танцевальная азбука		192	10	182
2.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	72	4	68
2.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	72	4	68
2.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	48	2	46
	Раздел III		72		
3.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация, постановочная работа, репетиция	72	-	72
	Раздел IV				
4.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	3	3	-
	Раздел V				
5.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	12	-	12
	Раздел VI				
6.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	8	4	4
		Итого:	288	18	270

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

2. Танцевальные этюды и танцы.
3. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.
- повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности;
- решение организационных вопросов.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

На этом году обучения продолжается повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве и в более быстром темпе в небольших комбинациях. Разучиваются и дополнительные упражнения.

Укрепление устойчивости (aplomb) в различных поворотах, в упражнениях на п/пальцах. Развитие пластичности и гибкости при переходе из одной позы в другую.

Введение полупальцев при исполнении некоторых упражнений на середине зала. Освоение техники поворотов у станка и на середине зала на полупальцах. Введение более сложной формы адажио. Освоение пируэтов у станка и на середине зала. Первоначальное изучение больших прыжков. Усложнение в построении всех танцевальных комбинаций.

1. Движения классического танца

Цель: Выработать у детей привычку выполнять движения осознанно, а не механически, укрепление устойчивости (aplomb) в различных поворотах, в упражнениях на п/пальцах. Развитие пластичности и гибкости при переходе из одной позы в другую.

Развитие танцевальности и сценических навыков на основе пройденного материала в более сложных комбинациях.

Практические занятия:

Движения экзерсиса у станка

- Battement tendu pice.
- Rond de jambe par terre слитно.
- Battement soutenu поворот soutenu.
- Battement fondu на п/п на 90^0.
- Rond de jambe en l`air на 90^0.
- Grand rond de jambe на 90^0.
- Battement frappe с releve.
- Battement developpe (по всем направлениям).
- Grand battement jete pointe.
- Battement developpe ballotte на 45^0.
- Grand battement jete на полупальцах (по всем направлениям и в позах).

- Поворот на 360^0 от станка и к станку.
- Комбинация на battement soutenu с petit battement.
- Grand battement jete на полупальцах во всех направлениях и позах.
- Pas sissoonne ouverte в сторону на 45^0 с pas assemble (лицом к станку).
- Battement developpe ballotte на 45^0 и 90^0 (в конце года).
- В комбинации у станка вставляются tour по 2-ой, 5-ой и 4-ой позициям ног.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Комбинация на battement tendu с battement tendu jete.
- 1-ый, 2-ой, 3-ий, 4-ый arabesque на 90^0 приёмом battement releve lent и battement developpe.
- Большая поза ecartee вперёд и назад на п/п на 90^0.
- Battement fondu en face на п/п на 45^0.
- Grand battement jete на п/п en face.
- Pas de bourree suivi.
- Temps lie на п/п вперёд и назад.
- Pas balance.
- Rond de jambe en l` air en face, en dehors, en dedans на 90^0 на п/п.
- Поза attitudes epaulement croisee вперёд и назад на п/п.
- Поза attitudes epaulement effacee вперёд и назад на п/п.
- Pas de bourree без перемены ног на п/п с продвижением вперёд и назад в epaulement croisee и epaulement effacee.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro

- Pas assemble.
- Pas assemble double.
- Pas jete с руками и головой в маленьких позах.
- Pas sissoonne ouverte (открытое положение ног на 45^0).
- Pas sissoonne ouverte в сторону на 45^0 с pas assemble
- Pas sissoonne fermee (закрытое положение ног).
- Pas sissoonne fermee вперёд и назад.
- Pas glissade на п/п в маленькие позы epaulement croisee и epaulement effacee вперёд и назад.
- Pas de chat (сценическая форма).

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

2. Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации.

На этом году обучения продолжается изучение новых элементов у станка и на середине зала. Увеличивается количество элементов парного танца, развивающих навыки обращения с партнёрами. Продолжается изучение элементов русского танца. Начинается изучение танцев народов Кавказа и Венгрии.

К концу учебного года составляются более сложные комбинации у станка и небольшие танцевальные комбинации на середине зала, на основе изученного

материала. Особое внимание уделяется манере и характеру исполнения элементов народного танца, рукам, корпусу, голове.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- Battement tendu по 5-ой позиции ног «крестом» с переводом ноги с носка на каблук и снова на носок: с приседанием на опорной ноге, во время перевода ноги на каблук с отделением пятки опорной ноги в момент приведения работающей ноги в исходное положение.
- Battement tendu на присогнутых ногах по 5-ой позиции ног с выносом ноги на каблук и снова на носок (в одном из трёх направлений). Тот же battement tendu с поворотом колена работающей ноги во внутрь и ударом полупальцами по 2-ой позиции ног.
- Rond de jambe par terre («восьмёрка» вперёд и назад).
- Flic-flac с подскоком на опорной ноге.
- Выстукивание всей стопой, полупальцами, каблуком.
- Дробные выстукивания: всей стопой и п/п (два вида).
- Battement developpe – мягкий и резкий.
- Grand battement jete 90^0.
- Grand battement jete с приседанием на опорной ноге в момент проведения работающей ноги на каблук.

Примечание:

На основе пройденных движений составляются комбинации.

Если учащиеся не обладают нужными физическими данными и способностями, то педагог вправе сократить предлагаемый перечень движений по – своему усмотрению. Движения экзерсиса исполняются в различных характерах на материале изученных народно – сценических танцев по желанию педагога.

Вращения по диагонали и по кругу

- Бег.
- Подскоки.
- Chainee на п/п.
- «Блинчики».
- Дробью («двойной»).
- На месте с подогнутыми («под себя») ногами.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Движения танца

1. Дробные движения:

- дробь с синкопами;
- дробь с синкопами;
- дробь;
- «коняшка».

2. Основные движения:

- «верёвочка» – «косыночка»;
- «верёвочка» с «корабликом»;
- «ковырялочка» (круглая) – удар полупальцами работающей ноги сзади опорной, затем «ковырялочка»;
- «ковырялочка» (на воздух);
- подбивка на перескоках;
- подбивка на перескоках (окончание);

- подбивка боковая.

5. Вращения:

- chainee на п/п;
- «блинчики»;
- дробью («двойной»);
- на месте подогнутыми («под себя») ногами;
- вращение на прыжках полтура;
- вращение на прыжках тур.

Маленький этюд на основе движений русского народного танца.

ТАНЦЫ НАРОДОВ КАВКАЗА

Одной из выразительных особенностей танцев народов Кавказа является яркий контраст в исполнении женских и мужских танцев. Для кавказских танцев характерны особая постановка корпуса, величавая манера исполнения.

Девушки, словно едва касаясь земли, плавно передвигаются по рисунку танца и только руки переходят из одного положения в другое. Танец юноши, наоборот, наполнен сильным, энергичным, технически насыщенными движениями с прыжками и вращениями.

Лёгкий костюм, лёгкая обувь, а также остро ритмическое музыкальное сопровождение барабана, дают возможность активно проявлять себя. Изучение танцев народов Кавказа учениками способствует у них развитию танцевальной техники. Для первоначального знакомства с богатейшим материалом кавказских танцев необходимо изучить движения рук, основные ходы и движения танца.

Движения грузинского народного танца (м/р 6/8)

1. Движения рук:

- плавные переводы в различные положения «картули», «девлури»;
- «самтиулуро» – сгибание рук с взмахом одной спереди (перед грудью), другой – сзади на уровне талии;
- «чагрехо» – круговые поочерёдные переводы от предплечья (мужские);
- «велсартави» – движение кисти руки (наружу и внутрь) – небольшие повороты (женские); полные повороты в запястьях (мужские).

2. Ходы:

- «саде сриала» – шаг вперёд на всю стопу с последующими двумя скользящими шагами на пальцах;
- «ртуала» – шаг вперёд с двумя последующими шагами, где первый на п/пальцах, а другие на всей стопе;
- «мхлура» – шаг вперёд с последующим проскальзыванием («сади» или прыжком «зехтомит») и одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении у колена – мужское движение;
- «свела» – тройные переступания на п/п с ударами подушечкой стопы по полу (с продвижение вперёд, в сторону, назад и вокруг себя);
- «чдомила иневла» – мужской ход вперёд со скрещиванием ног.

3. Основные движения:

- «гасма» – скользящие движения ног:
- «гасма куслуре» – с выдвижением ноги на пятку;
- «гасма сарули» – с выдвижением ноги на носок;

- «сада сриала» – три поочерёдных скольжения вперёд;
- «сарули» – три поочерёдных скольжения с остановкой у носка другой ноги;
- «чакрули» – удар п/п одной ноги по 5-ой прямой позиции ног сзади двумя проскальзываниями поочерёдно;
- «чаквра» – ударные движения ног (мужские):
- «сада» – два подскока на одной ноге, другая ставится на каблук, а затем на носок около носка другой ноги;
- «пехшлили» – п/приседание по 5-ой открытой позиции ног с подскоком на п/пальцах во 2-ую закрытую позицию ног.

Маленький этюд на основе движений грузинского народного танца.

Движения Аджаро – Гурийского танца «Хоруми» (м/р 5/4)

Воинственный танец «Хоруми» под звуки барабана. Танец, как правило, состоит из нескольких частей – «разведка», «привал», «тревога». Его движения технически несложны, но требуют координации и особой, горделиво – сдержанной манеры исполнения.

Положение ног

- при изучении элементов используются 6-я, 3-я, 2-я свободные позиции ног.

Положения рук

- юноши держатся за руки;
- одна рука закладывается за спину;
- руки соединены ладонями на уровне плеч;
- руки опущены свободно вдоль корпуса;
- одной рукой, почти на уровне пояса юноша придерживает кинжал, вторая рука – приложена к груди;
- первый, ведущий юноша, держит в руке платок.

Движения танца

1. Основные движения:

- основной ход (исходное положение 3-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – слегка вытянуть вперёд правую ногу.
На «раз» – шаг правой ногой вправо.
На «два» – passe левой ногой сзади.
На «три» – развернуть правую ногу в невыворотное положение и ударить пяткой об пол.
На «четыре» – левую ногу поставить на низкие п/п рядом с правой ногой.
На «пять» – перенести вес тела на левую ногу, правую вытянуть вперёд.
Затем движение повторяется сначала.
Ход может исполняться с левой ноги влево, а также вперёд.

- ход с подскоком;

Описание:

Такт 1: исполнить основной ход.
Такт 2:
На «раз» – топнуть левой ногой, поставив её чуть впереди правой.
На «два» – пауза.
На «три» – сделать скользящий подскок на правой ноге, левую ногу приподнять, согнув в колене.

На «четыре» – поставить левую ногу рядом с правой ногой в 6-ю позицию.
На «пять» – пауза.
Затем движение исполняется сначала.

- ход с выносом ноги (исходное положение 6-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – вывести левую ногу вперёд.
На «раз» – круговым движением поставить левую ногу во 2-ю свободную позицию.
На «два» – пауза.
На «три» –поставить правую ногу к левой ноге в 6-ю позицию.
На «четыре» – ударить в пол пяткой правой ноги, а левую резко вывести вперёд (как на «затакт»).
На «пять» – пауза.
Затем движение исполняется сначала.
Аналогично исполняется с другой ноги, а также по кругу.

Из перечисленных движений составляется композиция танца, включающая шеренгу, диагональ, круг, опускание на колено, «прикладывание уха к земле» (лёжа на полу), удары кинжалами в пол и т.д.

Движения Кабардинского танца

Положения рук у девушек

- руки свободно опущены вниз;
- одна рука вытянута перед собой на уровне груди, другая – в сторону, локти смягчены, ладони направлены вниз (рука, вытянутая вперёд может переводиться в 3-ю позицию ладонью вниз);
- медленные и плавные движения и взмахи руками вниз – вверх.

Положения рук у юношей

- левая рука согнута в локте на уровне груди (у газырей), правая рука поднята в сторону, кисти полузакрыты;
- руки раскрыты в стороны на уровне плеч, кисти полузакрыты;
- одна рука поднята вверх, другая раскрыта в сторону, запястья согнуты, кисти полузакрыты;
- юноша левой рукой придерживает ножны кинжала, правой – рукоятку.

Движения танца «Кафа» (м/р 2/4)

- основной ход танца

Описание:

На «раз» – маленький шаг правой ногой на п/п.
На «и» – маленький шаг левой ногой на п/п.
На «два» – скользящим движением подставить правую ногу к левой по 6-ой позиции на п/п.
Н а «и» – маленький шаг левой ногой на п/п.
Движение повторяется сначала.

Движения танца «Удж» (м/р 6/8)

- основной ход танца

Описание:

На «раз» – притоп правой ногой.

На «два» – пауза.
На «три» – короткий притоп левой ногой.
На «четыре» – притоп правой ногой.
На «пять» – пауза.
На «шесть» – короткий притоп левой ногой.

Движения танца «Исламей» (м/р 2/4)

- основной ход танца;

Описание:

На « раз» – сделать небольшой шаг правой ногой вперёд на пятку.
На «и» – поставить ногу на всю стопу.
На «два» – приставить на п/п к середине стопы левую ногу.
На «и» – проскользнуть на правой ноге чуть вперёд.
Повторить движение с другой ноги.
Юноши выполняют движение более резко, девушки – мягко и плавно.

- скользящие шаги с продвижением назад (движение для юношей);

Описание:

На «раз» – выбросить правую ногу вперёд на носок, колено присогнуто, одновременно сделать левой ногой скользящий отскок назад.
На « и» – выполнить движение с другой ноги.
Движение может выполняться с продвижением по маленькому кругу вокруг себя.

- «ножницы»;

Описание:

На «затакт» – слегка присесть по 6-ой позиции ног.
На «раз» – лёгкий прыжок на п/п по 6-ой позиции ног со скрещенными ногами (правая нога впереди).
На «и» – лёгкий прыжок на п/п 6-ой позиции ног.
На «два» – повторить движение, исполнявшееся на счёт «раз», но левую ногу занести вперёд.
На «и» – лёгкий прыжок на п/п по 6-ой позиции ног.
Далее движение повторяется.

- прыжки с остановкой (движение для юношей);

Описание:

На «раз» – прыжок на п/п правой ноги.
На «и» – прыжок на п/п левой ноги.
На «два» - встать на пальцы правой ноги.
На «и» – пауза.
Далее движение повторяется с другой ноги.
При исполнении прыжков на п/п юноши держат кинжал, на счёт « два» – раскрывают руки в стороны.

Маленький этюд на основе движений кабардинских танцев.

ВЕНГЕРСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошёл большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения.

Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой чёткости исполнения.

Позы, повороты, общение с партнёрами, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено – всё это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

Положение ног

- при изучении элементов используются 6-я, 1-я 2-я, 3-я свободные позиции ног.

Положения рук

- руки лежат ладонями на талии;
- скрещены на уровне груди, правая поверх левой, локти направлены в стороны;
- руки подняты во 2-ю позицию, локти опущены и направлены вниз, исполнители как бы прищёлкивают пальцами;
- девушка одной рукой придерживает платье (фартук);
- юноша заводит одну или обе руки за спину, тыльной стороной кисти;
- для парного венгерского танца характерны следующие положения рук:
- исполнители стоят на одной линии, правая рука юноши лежит на талии девушки сзади, левая рука девушки – на плече юноши, внешние руки раскрыты в стороны;
- исполнители стоят, повернувшись правым плечом, друг к другу, правые руки переплетены и лежат на плече друг друга, левые – на талии или раскрыты в стороны;
- исполнители стоят на одной линии, девушка чуть впереди, правые руки соединены над головой девушки, левые руки – на талии. В таком положении девушка делает повороты под рукой партнёра;
- исполнители стоят друг против друга, положив руки на плечи партнёра, либо один из партнёров держит другого за талию, второй – кладёт руки ему на плечи.

Движения танца

- «ключ» – удар каблуками (одинарный; двойной);
- заключение (усложненный «ключ») (одинарное; двойное);
- шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance);
- перебор – три переступания на месте с открыванием ноги;
- «верёвочка» на месте, с продвижением назад и в повороте;
- развёртывание ноги (battement developpe) вперёд и в полуприседании:(с последующим шагом; с шагом на п/п и подведением другой ноги сзади);
- «голубец» (простой с подбиванием ноги в сторону; в прыжке с двойными ударами по 1-ой прямой позиции ног);
- «пируэт на каблуках»;
- вращение с отбрасыванием ног назад (бег);
- «кольцо».

Движения танца «Чардаш» (м/р 2/4 или 4/4)

- основные движения (исходное положение 6-я позиция ног, руки – на талии);
- основной ход (одинарные переступания из стороны в сторону);
- основной ход с приседанием после шага;
- основной ход с двойными переступаниями и приседаниями перед каждым шагом и после него;

- «пружинящий» шаг;
- перекрёстный ход;
- ход с каблука с последующими шагами;
- ход с каблука с приседанием;
- шаги вперёд или назад с резким поворотом вправо – влево на последнем шаге;
- «ключ»;
- вращение (движение для девушки);
- боковые перекрёстные шаги (движение для девушки);
- шаг с прыжком (движение для юноши);
- прыжки с «хлопушкой» (движение для юноши);
- перескоки;
- «восьмёрка» (движение рук);
- «восьмёрка» (движение рук) и «ключ»;
- удары по голенищу сапог по каблуку и хлопки (движение для юношей);
- скользящее отведение ноги в сторону и удары каблуками;
- прищёлкивание каблуками (движение для юношей);
- шаги вперёд с выносом ноги вперёд;
- прыжки с выбрасывание ноги вперёд, назад и крест – накрест;
- переменный ход на п/п.

Маленький этюд на основе движений венгерского танца «Чардаш».

Движения танца «Хоромугрош»

- маленькие шаги с пристукиванием;
- маленькие прыжки;
- шаги с пятки вперёд и с отскоком назад;
- шаги назад с носа и выбрасыванием ноги вперёд;
- прыжки с круговым движением ногой в воздухе;
- прыжки с поворотом ног;
- маленькие боковые шаги;
- тройной прыжок;
- тройной прыжок с движением рук;
- прыжки на одной ноге с круговым движением другой ноги;
- прыжки на одной ноге с круговым движением другой ноги с подбиванием (приёмом «голубца»);
- боковое движение вправо;
- шаг через ногу;
- поворот на каблуках;
- прыжок на обеих ногах с притопом и поворотом;
- повороты с выбрасыванием ноги накрест;
- боковой ход со скрещиванием ног.

Маленький этюд на основе движений венгерского танца «Хоромугрош».

Движения мужского танца «Пантозоо»

- pas de bourree по 3-ей позиции ног;
- одинарные и двойные отскоки из стороны в сторону;
- хлопки и хлопушки с отскоками из стороны в сторону (различные варианты и комбинации);
- хлопки по голенищу сапог (различные варианты и комбинации).

Маленький этюд на основе движений венгерского танца «Пантозоо».

3. Движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

Задачи:
- овладение системой растяжки stretch;
- овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза;
- вращения, кросс.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

Экзерсис выполняется на середине зала и включает в себя все упражнения, разученные ранее, но темп ускоряется и увеличивается дозировка:
- разминка, которая включает в себя упражнения для головы, плеч;
- круговые движения руками;
- наклоны и повороты корпуса;
- приседания и поднимание на полупальцы;
- упражнения для растягивания мышц задней поверхности бедра, ахиллова сухожилия;
- различные формы port de bras;
- demi и grand-plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот;
- demi и grand-plie в сочетании с releve;
- batman tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот;
- batman tendus с использованием brash;
- batman tendus с подъёмом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска;
- batman tendus jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот;
- batman tendus jete с использованием brash;
- batman tendus jete с подъёмом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска;
- rond de jambe par terre с подъёмом ноги на 45^0;
- rond de jambe par terre с подъёмом на 90^0;
- grand batman jete с подъём пятки опорной ноги во время броска.

Упражнение на середине зала
- позиции рук характерные для джаз танца: 8 позиция джаза, позиция V, позиция L;
- flat back назад;
- проработка deep body bend, side stretch;
- изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up;
- овладение системой растяжки stretch;
- овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза.

Изолированные движения

Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами) с целью совершенствования техники изоляции.

Движения с последовательной координацией

Кроме координации одновременных движений нескольких центров, в джаз – танце используется принцип последовательной координации, когда, к примеру, движение головой вызывает движение плеч, затем рук, корпуса:

- спираль;
- круг головой вправо;
- круг правой рукой вперёд, вверх, вправо, вниз;
- круг корпусом, начиная вправо;
- круг бёдрами, начиная вправо;
- круг коленями (в полуприседании);
- круг правой ногой вправо;
- круг левой ногой влево.

Движения исполняются слитно, одно за другим, как бы по спирали – сверху вниз.

Кросс

- grand battement jete с pirouettes;
- grand batman jete по всем направлениям;
- rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд (на каждый четвёртый шаг);
- pas chasse и rond de jambe par terre на 90^0 в повороте на 360^0;
- pas chasse и battemen passe;
- pas de bourree tour pice с soutenu;
- tour pice с soutenu;
- tour chaine на вытянутых ногах, tour chaine на присогнутых ногах, выпад и поворот вокруг себя на шагах;
- pas chasse и arabesque в прыжке;
- pas chasse и attitudes в прыжке;
- saute;
- saute pirouettes;
- pas jete;
- pas de chat;
- прыжок с подогнутой ногой («пистолет»);
- pas jete en tournant;
- сиссон ферме (по всем направлениям);
- сиссон уверт (по всем направлениям).

Вращения

- вращения из релаксационного раскрытия по 2-ой позиции в контракцию по 6-ой позиции ног;
- штопорные вращения;
- пируэты;
- шене по диагонали.

Этюды с использованием всех проученных движений в сочетании классических и джазовых позиций ног и корпуса.

Танцевальные комбинации

- волна вперёд;
- боковая волна;
- ступенчатое расслабление;
- пирамида;
- каратэ;
- выпад (battement);
- скольжение с отскоком;
- battement вперёд;

- battement назад;
- ребус.

Ожидаемый результат

Правильное исполнение следующих движений:

- штопорные вращения;
- пируэты;
- шене;
- вращения из релаксационного раскрытия по 2-ой позиции в контракцию по 6-ой позиции ног;
- deep body bend;
- side stretch;
- grand batman jete;
- сиссон ферме;
- сиссон уверт.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений классического танца.
- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений кабардинских танцев.
- Этюд на основе движений венгерского танца «Чардаш».
- Этюд на основе движений венгерского танца «Хоромугрош» или «Пантозоо».
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Беседа «Танцы народов мира» (на примере ансамбля Игоря Моисеева).
- Беседа «Танцевальная культура Костромского края» (фольклорные танцы, их особенности, костюмы).

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- программный материал 7 года обучения по классическому, народно – сценическому, современному танцам, танцевальный репертуар;
- знать и владеть комплексом специальных хореографических упражнений, способствующих развитию допрофессиональных умений и навыков, соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Обучающиеся должны уметь:

- уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
- самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
- использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности;
- владеть терминологией и грамотно выполнять элементы классического экзерсиса и народно – сценического танца в комбинациях у станка и на середине зала, координируя их с движениями рук и головы;
- исполнять танцы из репертуара ансамбля «Искорка»;

- свободно двигаться на сцене, выражая характер танцевальных композиций, используя все сценические и актёрские навыки;
- самостоятельно составлять комбинации и танцевальные этюды на основе изученного материала;
- уметь организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками;
- выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- уметь разрешать конфликты;

Обучающиеся должны обладать навыками:

- готовности и способности к образованию, в том числе самообразованию;
- составления собственных танцевальных композиций;
- адаптации в современном обществе;
- здорового образа жизни.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 7-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)
1. Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Умеет применять знания на практике.	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается применять знания на практике.
2. Народно – сценический танец	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Хорошо составляет этюды на основе элементов народно – сценического танца. Передаёт характер, прекрасно владеет сюжетом.	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Составляет самостоятельно этюды. Передаёт характер.

3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальные стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо владеет законами драматургии, сюжетом. Самостоятельно делает постановки. Может работать в коллективе. Хорошо владеет знаниями и применяет их на практике.	Владеет законами драматургии и сюжетом. Пытается самостоятельно делать постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями и может применять их на практике.
5. Концертная деятельность	Хорошо умеет соотнести танцевальные рисунки номера с другими геометрическими особенностями незнакомой концертной площадки без потери линий и рисунка танца (т.е. реализовать усвоение и присвоение ЗУН на новом месте в новых условиях). Активный участник всех смотров, фестивалей. Умеет показать своё хореографическое мастерство на концертах. Хорошо передаёт радость танца, свой эмоциональный настрой зрителям. Ориентируется на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.	Умеет соотнести танцевальные рисунки номера с другими геометрическими особенностями незнакомой концертной площадки без потери линий и рисунка танца (т.е. реализовать усвоение и присвоение ЗУН на новом месте в новых условиях). Активный участник смотров, фестивалей. Старается показать своё хореографическое мастерство. Умеет передать радость танца, свой эмоциональный настрой зрителям. Может ориентироваться на дальнейший рост в профессиональном мастерстве.
6. Личностные качества	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные, нравственные и гуманные качества. Имеет сформированный образ «Я».	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные и нравственные качества. Имеет достаточно сформированный образ «Я».

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
7-ой год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Народно – сценический танец	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ. ▪ Повторение материала прошлого года по народно – сценическому танцу.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса и партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический	Движения экзерсиса у станка:	Практическое

	танец	▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. ▪ Battement tendu pice. ▪ Rond de jambe par terre слитно. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie.	занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация demi-plie и grand-plie (в характере греческого танца). ▪ Battement tendu по 5-ой позиции ног «крестом» с переводом ноги с носка на каблук и снова на носок: с приседанием на опорной ноге, во время перевода ноги на каблук с отделением пятки опорной ноги в момент приведения работающей ноги в исходное положение. ▪ Battement tendu на присогнутых ногах по 5-ой позиции ног с выносом ноги на каблук и снова на носок. Тот же battement tendu с поворотом колена работающей ноги во внутрь и ударом полупальцами по 2-й позиции ног. Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ дробь с синкопами; ▪ дробь с синкопами; ▪ дробь «коняшка».	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Разминка, которая включает в себя упражнения для головы, плеч. ▪ Круговые движения руками. ▪ Наклоны и повороты корпуса. ▪ Приседания и поднимание на полупальцы. ▪ Упражнения для растягивания мышц задней поверхности бедра, ахиллова сухожилия. ▪ Различные формы port de bras. Упражнение на середине зала: ▪ Позиции рук характерные для джаз танца: 8 позиция джаза, позиция V, позиция L. ▪ Flat back назад. ▪ Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса. ▪ Паховые и боковые растяжки. Кросс: ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Battement soutenu поворот soutenu. ▪ Battement fondu на п/п на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu (в характере грузинского танца). ▪ Комбинация на battement tendu «каблучный» (в характере русского танца).	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Flic-flac с подскоком на опорной ноге. ▪ Комбинация на flic-flac (в характере цыганского танца). Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» – «косыночка»; ▪ «верёвочка» с «корабликом»; ▪ «ковырялочка» (круглая) – удар полупальцами работающей ноги сзади опорной, затем «ковырялочка»; ▪ «ковырялочка» (на воздух); ▪ подбивка на перескоках; ▪ подбивка боковая.	
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Demi и grand-plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. ▪ Demi и grand-plie в сочетании с releve. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. Упражнение на середине зала: ▪ Проработка deep body bend, side stretch. Кросс: ▪ Grand battement jete с pirouettes. ▪ Grand batman jete по всем направлениям. ▪ Rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд. ▪ Pas chasse и rond de jambe par terre на 90^0 в повороте на 360^0. ▪ Pas chasse и battemen passe.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Rond de jambe en l` air на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre en tournant. ▪ 1-ый, 2-ой, 3-ий, 4-ый arabesque на 90^0 приёмом battement releve lent и battement developpe.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Batman tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. ▪ Batman tendus с использованием brash. ▪ Batman tendus с подъёмом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска. ▪ Комбинация на batman tendus. Упражнение на середине зала: ▪ Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up. Кросс: ▪ Pas de bourree tour pice с soutenu.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно –	Движения экзерсиса:	Практическое

	сценический танец	▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере сербского танца). Тема: «Русский народный танец». Вращения: ▪ chainee на п/п; ▪ «блинчики»; ▪ дробью («двойной»); ▪ на месте с подогнутыми («под себя») ногами; ▪ вращение на прыжках полтура; ▪ вращение на прыжках тур.	занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Batman tendus jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. ▪ Batman tendus jete с использованием brash. ▪ Batman tendus jete с подъёмом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска. ▪ Комбинация на batman tendus jete. Упражнение на середине зала: ▪ Овладение системой растяжки stretch. Кросс: ▪ Tour pice с soutenu. ▪ Tour chaine на вытянутых ногах, tour chaine на присогнутых ногах, выпад и поворот вокруг себя на шагах.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand rond de jambe на 90^0. ▪ Battement frappe с releve. ▪ Battement developpe (по всем направлениям). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Большая поза ecartee вперёд и назад на п/п на 90^0.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre («восьмёрка» вперёд и назад). ▪ Комбинация на rond de jambe par terre (в характере испанского танца «Арагонская хота»). Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на «верёвочку». ▪ Комбинация на дробные выстукивания.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre с подъёмом ноги на 45^0. Движения с последовательной координацией: ▪ Спираль. ▪ Круг головой вправо. ▪ Круг правой рукой вперёд, вверх, вправо, вниз. Кросс: ▪ Pas chasse и arabesque в прыжке.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete pointe. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement fondu en face на п/п на 45^0.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно –	Движения экзерсиса:	Практическое

	сценический танец	▪ Выстукивание всей стопой, полупальцами, каблуком. ▪ Дробные выстукивания: всей стопой и п/п (два вида). Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на дробные выстукивания.	занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre с подъёмом ноги на 90^0. Упражнения на середине зала: ▪ Овладение системой растяжки stretch. Движения с последовательной координацией: ▪ Круг корпусом, начиная вправо. ▪ Круг бёдрами, начиная вправо. ▪ Круг коленями (в полуприседании). ▪ Круг правой ногой вправо. ▪ Круг левой ногой влево. Кросс: ▪ Pas chasse и attitudes в прыжке.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe ballotte на 45^0. ▪ Grand battement jete на полупальцах. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete на п/п en face.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на дробные выстукивания. Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand batman jete с подъём пятки опорной ноги во время броска. Изолированные движения: ▪ Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами).	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере армянского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Работа над танцем «Девичий лирический».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое

	джазового танца		занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на battement fondu (в характере украинского танца). Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. Движения рук: ▪ плавные переводы в различные положения «картули», «девлури»; ▪ «самтиулуро»**;** ▪ «чагрехо» **–** круговые поочерёдные переводы от предплечья (мужские); ▪ «велсартави» **–** движение кисти руки (наружу и внутрь) **–** небольшие повороты (женские); полные повороты в запястьях (мужские).	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Различные формы port de bras. Кросс: ▪ Saute.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree suivi. ▪ Temps lie на п/п вперёд и назад. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Battement developpe **–** мягкий и резкий. ▪ Комбинация на battement developpe (в характере венгерского танца «Чардаш»). Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. Ходы: ▪ «саде сриала» **–** шаг вперёд на всю стопу с последующими двумя скользящими шагами на пальцах; ▪ «ртуала» **–** шаг вперёд с двумя последующими шагами, где первый на п/пальцах, а другие на всей стопе; ▪ «мхлура» **–** шаг вперёд с последующим проскальзыванием («сади» или прыжком «зехтомит») и одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении у колена **–** мужское движение; ▪ «свела» **–** тройные переступания на п/п с ударами подушечкой стопы по полу (с продвижение вперёд, в сторону, назад и вокруг себя); ▪ «чдомила иневла» **–** мужской ход вперёд со скрещиванием ног.	Практическое занятие 2 ч.

ноябрь	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Saute pirouettes. ▪ Pas jete.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Поворот на 360 ^{0} от станка и к станку. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas balance.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. ▪ Отработка ходов грузинского танца.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete 90^{0}. ▪ Grand battement jete с приседанием на опорной ноге в момент проведения работающей ноги на каблук. ▪ Комбинация на grand battement jete (в характере венгерского танца «Чардаш»). Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. Основные движения: ▪ «гасма» – скользящие движения ног: ▪ «гасма куслуре» – с выдвижением ноги на пятку; ▪ «гасма сарули» – с выдвижением ноги на носок.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Pas de chat. ▪ Прыжок с подогнутой ногой («пистолет»).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement soutenu с petit battement. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement soutenu с petit battement.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: Комбинация на растяжки. Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. Основные движения: ▪ «сада сриала» – три поочерёдных скольжения вперёд; ▪ «сарули» – три поочерёдных скольжения с остановкой у носка другой ноги; ▪ «чакрули» – удар п/п одной ноги по 5-ой прямой позиции ног сзади двумя проскальзываниями поочерёдно.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие

	танца		2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Вращения по диагонали и по кругу: ▪ Бег. ▪ Подскоки. Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. Основные движения: ▪ «чаквра» **–** ударные движения ног (мужские): ▪ «сада» **–** два подскока на одной ноге, другая ставится на каблук, а затем на носок около носка другой ноги; ▪ «пехшлили» **–** п/приседание по 5-ой открытой позиции ног с подскоком на п/пальцах во 2-ую закрытую позицию ног.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete на полупальцах. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Grand battement jete на полупальцах и в позах.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Вращения по диагонали и по кругу: ▪ Chainee на п/п. ▪ «Блинчики». Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения грузинского народного танца. ▪ Отработка основных движений грузинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Pas jete en tournant. Вращения: ▪ Вращения из релаксационного раскрытия по 2-ой позиции в контракцию по 6-ой позиции ног.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Pas sissoonne ouverte в сторону на 45^0 с pas assemble. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление изученных движений. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne ouverte (открытое положение ног на 45^0). ▪ Pas sissoonne ouverte в сторону на 45^0 с pas assemble.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». ▪ Отработка основных движений грузинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие

			2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». ▪ Постановка этюда на основе движений грузинского народного танца.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Вращения: ▪ Штопорные вращения.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ В комбинации у станка вставляются tour по 2-ой, 5-ой и 4-ой позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Отработка и закрепление изученных движений. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne fermee (закрытое положение ног).	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения Аджаро – Гурийского танца «Хоруми» Основные движения: ▪ положение ног и рук.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Вращения: ▪ Пируэты.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ В комбинации у станка вставляются tour по 2-ой, 5-ой и 4-ой позициям ног. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Rond de jambe en l` air en face, en dehors, en dedans на 90^0 на п/п. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne fermee (закрытое положение ног).	Практическое занятие 2
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». Движения Аджаро – Гурийского танца «Хоруми» Основные движения: ▪ основной ход; ▪ ход с подскоком; ▪ ход с выносом ноги.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». ▪ Отработка основных движений танца «Хоруми».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные	Постановочная работа согласно репертуарно –	Практическое

	этюды и танцы	постановочного плана.	занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Танцы народов Кавказа». ▪ Отработка основных движений танца «Хоруми».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Вращения: ▪ Шене по диагонали.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза attitudes epaulement croisee вперёд и назад на п/п. ▪ Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne fermee вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». ▪ Положение ног. ▪ Положение рук.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Основные движения: ▪ «ключ» **–** удар каблуками (одинарный; двойной); ▪ заключение (усложненный «ключ») (одинарное; двойное); ▪ шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance); ▪ перебор **–** три переступания на месте с открыванием ноги.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Вращения: ▪ Пируэты (отработка).	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Повороты fouette en tournant en dehors и en dedans на 1/2 круга с ногой, поднятой вперёд или назад на 90^0: на всей стопе и на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза attitudes epaulement effacee вперёд и назад на п/п. ▪ Движения раздела allegro: ▪ Pas glissade на п/п в маленькие позы epaulement croisee и epaulement effacee вперёд и назад.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» на месте, с продвижением назад и в повороте; ▪ развёртывание ноги (battement developpe) вперёд и в	Практическое занятие 2 ч.

		полуприседании:(с последующим шагом; с шагом на п/п и подведением другой ноги сзади); ▪ «голубец» (простой с подбиванием ноги в сторону; в прыжке с двойными ударами по 1-ой прямой позиции ног).	
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Основные движения: ▪ «пируэт на каблуках»; ▪ вращение с отбрасыванием ног назад (бег); ▪ «кольцо».	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree без перемены ног на п/п с продвижением вперёд и назад в epaulement croisee и epaulement effacee. ▪ Движения раздела allegro: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». ▪ Отработка изученных движений венгерского сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». ▪ Отработка изученных движений венгерского сценического танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Волна вперёд. ▪ Боковая волна.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Маленький pirouettes по 2-ой позиции ног. Движения раздела allegro: ▪ Pas de chat (сценическая форма).	
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Чардаш». Основные движения: ▪ основной ход (одинарные переступания из стороны в сторону); ▪ основной ход с приседанием после шага; ▪ основной ход с двойными переступаниями и приседаниями перед каждым шагом и после него; ▪ «пружинящий» шаг; ▪ перекрёстный ход; ▪ ход с каблука с последующими шагами; ▪ ход с каблука с приседанием; ▪ шаги вперёд или назад с резким поворотом вправо – влево на последнем шаге.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Ступенчатое расслабление. ▪ Пирамида.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Чардаш». Основные движения: ▪ «ключ»; ▪ вращение (движение для девушки); ▪ боковые перекрёстные шаги (движение для девушки); ▪ шаг с прыжком (движение для юноши); ▪ прыжки с «хлопушкой» (движение для юноши); ▪ перескоки; ▪ «восьмёрка» (движение рук); ▪ «восьмёрка» (движение рук) и «ключ».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Чардаш». Основные движения: ▪ удары по голенищу сапог по каблуку и хлопки; ▪ скользящее отведение ноги в сторону и удары каблуками; ▪ прищёлкивание каблуками (движение для юношей); ▪ шаги вперёд с выносом ноги вперёд; ▪ прыжки с выбрасывание ноги вперёд, назад и крест – накрест; ▪ переменный ход на п/п.	Практическое занятие 2 ч.

апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Каратэ. ▪ Выпад (battement).	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Чардаш». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Скольжение с отскоком. ▪ Battement вперёд. ▪ Battement назад.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема «Венгерский сценический танец». ▪ Постановка этюда на основе движений танца «Чардаш».	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Танцевальные комбинации: ▪ Ребус.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Хоромугрош». Основные движения: ▪ маленькие шаги с пристукиванием; ▪ маленькие прыжки; ▪ шаги с пятки вперёд и с отскоком назад; ▪ шаги назад с носа и выбрасыванием ноги вперёд; ▪ прыжки с круговым движением ногой в воздухе; ▪ прыжки с поворотом ног; ▪ маленькие боковые шаги; ▪ тройной прыжок; ▪ тройной прыжок с движением рук; ▪ прыжки на одной ноге с круговым движением другой ноги; ▪ прыжки на одной ноге с круговым движением другой ноги с подбиванием (приёмом «голубца»); ▪ боковое движение вправо; ▪ шаг через ногу; ▪ поворот на каблуках; ▪ прыжок на обеих ногах с притопом и поворотом; ▪ повороты с выбрасыванием ноги накрест; ▪ боковой ход со скрещиванием ног.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Хоромугрош». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое

	джазового танца		занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». ▪ Постановка этюда на основе движений танца «Хоромугрош».	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Венгерский сценический танец». Движения танца «Хоромугрош». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Повторение и отработка пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

Отдел образования администрации
городского округа – город Галич Костромской области

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества города Галича Костромской области»

Принята
на заседании педагогического совета
05 сентября 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МУДО «ДТ»
Е. А. Кудряшова
06. 09. 2024 г.

.

КОМПЛЕКСНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Возраст учащихся: 17 – 18 лет
Срок реализации программы – 1 год
Уровень программы – продвинутый

Автор – составитель:
СИНЁВА НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА, *педагог дополнительного образования*

г. Галич

2024 г.

8 ГОД ОБУЧЕНИЯ

(возраст учащихся 17-18лет)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель: способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства, содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе.

Задачи:

обучающие:

- интенсивно пополнять знания в области современного хореографического искусства;
- изучать новый репертуар, отрабатывать и совершенствовать исполнительское мастерство танцевальных номеров;
- научить навыкам музыкально – пластического интонирования и навыкам сохранения и поддержки собственной физической формы;

©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

- подготавливать наиболее способных учащихся к поступлению в специальные хореографические учебные заведения.

развивающие:

- развивать танцевальное творчество учащихся;
- продолжить формировать навыки составления танцевальных композиции;
- развивать творческий потенциал, индивидуальные особенности (внутренняя свобода, активность, общительность) учащихся средствами танца;
- предоставить возможность дальнейшей профессиональной самореализации на основе сформированной системы знаний;
- содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе.

воспитательные:

- содействовать гармоничному развитию творческой личности ребёнка;

№	Наименование	Форма занятия	Количество часов

- воспитывать уверенность в себе и в своих силах;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей;
- содействовать формированию навыков взаимопомощи при выполнении работы, культуры труда;
- формировать потребность в здоровом и безопасном образе жизни.

На этом году обучения учащиеся занимаются танцевальным творчеством: самостоятельно составляют небольшие танцевальные композиции и музыкально – сценические этюды. Продолжается изучение нового репертуара и совершенствование исполнительского мастерства.
Итогом обучения учащихся должна стать – активная концертная деятельность.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 1 год. Уровень подготовки детей на начало учебного года соответствует знаниям и умениям, полученным на предыдущем году обучения.

Занятия на этом этапе обучения строятся в том же плане, но на более сложном материале.
Дети занимаются 4 раза в неделю по 80 минут.
В неделю вырабатывается – 8 часов.
В месяц – 32 часа.
В год – 288 часов.

В конце учебного года проводится класс – концерт. Планируется участие группы в концертах, конкурсах, фестивалях.

Занятия с группой построены на использовании основных педагогических принципов: ***наглядность; системность; последовательность; метод сравнения и контрастности движений.***

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

			всего	теория	практика
Раздел I					
1.1	Организационное занятие	беседа	**1**	**1**	**-**
Раздел II. Танцевальная азбука			**192**	**10**	**182**
2.1	Движения классического танца	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.2	Движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации	беседа, рассказ, урок	**72**	**4**	**68**
2.3	Движения джазового танца и современных танцевальных стилей	беседа, рассказ, урок	**48**	**2**	**46**
Раздел III			**72**		
3.1	Танцевальные этюды и танцы	танцевально-игровое творчество, импровизация, постановочная работа, репетиция	**72**	**-**	**72**
Раздел IV					
4.1	История хореографического искусства	беседа, рассказ	**3**	**3**	**-**
Раздел V					
5.1	Массовая работа	мероприятие, праздник, концерт	**12**	**-**	**12**
Раздел VI					
6.1	Воспитательная работа	беседа, анализ, праздник	**8**	**4**	**4**
		Итого:	**288**	**18**	**270**

ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Программа по хореографии предусматривает изучение следующих разделов:

1. Танцевальная азбука:

- движения классического танца;
- движения народно – сценического танца и танцевальные комбинации;
- движения джазового танца и современных танцевальных стилей.

2. Танцевальные этюды и танцы.

3. История хореографического искусства.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы по предметам (программа)

Организационное занятие:

- краткие сведения о работе объединения, план работы на год;
- расписание занятий, форма одежды на уроке;
- инструктаж по технике безопасности.
- повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности;
- решение организационных вопросов.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

На этом году обучения продолжается повторение пройденных движений в увеличенном количестве и в более быстром темпе в небольших комбинациях. Разучиваются и дополнительные упражнения.

Продолжается освоение техники поворотов у станка и на середине зала на полупальцах. Введение более сложной формы адажио. Освоение пируэтов у станка и на середине зала. Изучение больших прыжков. Усложнение в построении всех танцевальных комбинаций. Развитие артистичности.

Ведётся индивидуальная работа с более способными учениками.

1. Движения классического танца

Цель: Совершенствование исполнения всех основных движений классического танца. Изучение дополнительных упражнений.
Развитие танцевальности и сценических навыков на основе нового и пройденного материала в более сложных комбинациях.

Практические занятия:

Повторение материала, изученного в прошлом году (у станка и на середине зала).
Помимо движений, предложенных на 7-ом году обучения у станка и на середине зала, дополнительно изучаются новые элементы. Ряд движений экзерсиса (battement fondu, battement frappe, battement developpe) исполняются на п/п.

Движения экзерсиса у станка

- Battement double fondu на 45^0.
- Rond de jambe en l`air на 90^0 .
- Battement developpe ballotte на 45^0 и 90^0 (в конце года).
- Grand battement jete на п/п по всем направлениям и в позах.
- Rond de jambe en l`air на 90^0 на п/п с окончанием на demi-plie.
- Battement developpe с быстрым demi rond de jambe en l`air en dehors и en dedans.
- Grand battement jete с battement developpe (мягкий).
- Grand battement jete balancoire с подъёмом на п/п.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения экзерсиса на середине зала

- Battement fondu en face на п/п на 45^0.
- Battement fondu с plie-releve и demi rond de jambe en l`air.
- Поза 4-й arabesque приёмом battement developpe.
- Rond de jambe en l`air на 90^0 на всей стопе и на п/п.
- Grand battement jete на п/п по всем направлениям и в позах.
- Tour chaine 8 – 16 оборотов.
- Battement fondu tombee.

- Rond de jambe par terre en tournant.
- Preparation для tour из 4-ой позиции ног en dehors и en dedans.
- Pirouettes.
- Поворот soutenu на месте и с продвижением.
- Pas de bourree dessus, dessous.
- Pas de bourree ballotte.
- Tour en dehors c degage.
- Tour en dedans c coupe.
- Attitudes на 90^0.
- 4-ое и 6-ое port de bras, temps lie на 90^0.
- Pas de basque en face.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Движения раздела allegro
- Pas glissade en tournant.
- Grand pas assemble вперёд и в сторону, в позах.
- Pas sissoonne ouverte на 45^0.
- Grand pas echappe по 2-ой и 4-ой позициям ног.
- Grand changement de pieds.
- Pas de chat с броском ног назад.
- Pas jete в различных вариантах.
- Grand pas jete.

Примечание:
Прыжки исполняются en face и в позах.
На основе пройденных движений составляются комбинации.

Пальцевая техника (факультативно)
- Releve.
- Pas echappe.
- Pas coupe и pas tombe.
- Pas sissoonne simple.
- Различные виды pas de bourree.
- Pas coupe ballonnee.
- Preparation из 5-ой позиции для tour sur le cou-de-pied и tour en dehors и en dedans.
- Tour chaine 8 оборотов.
- Pas ballonnee en face и в epaulement с продвижением вперёд.

Примечание:
На основе пройденных движений составляются комбинации.
Педагог может расширить предлагаемый перечень по своему усмотрению, добавив различные виды больших прыжков и вращения на п/п и пальцах (факультативно).

2. Элементы народно – сценического танца и танцевальные комбинации

На этом году обучения идёт отработка техники и совершенствование всех изученных элементов у станка и на середине зала, продолжается изучение новых движений.

Увеличивается количество элементов парного танца, развивающих навыки обращения с партнёрами. Продолжается изучение элементов русского танца.

Начинается изучение испанского сценического танца. Изучается цыганский танец (факультативно).

К концу учебного года составляются более сложные комбинации у станка и небольшие танцевальные комбинации на середине зала, на основе изученного материала. Особое внимание уделяется манере и характеру исполнения элементов народного танца, рукам, корпусу, голове и артистичности.

Практические занятия:

Движения экзерсиса

- Demi-plie и grand-plie по всем позициям ног (в том числе и по 4-ой невыворотной).
- Battement tendu с сокращением стопы , с переводом стопы на каблук – носок – каблук как на вытянутой ноге, так и с приседанием.
- Каблучные движения – выведение ноги на каблук на demi-plie через небольшое developpe с отрывом опорной пятки от пола.
- Battement tendu jete на вытянутой ноге и на demi-plie, balancoire (на вытянутой ноге и с проскальзыванием на demi-plie).
- Flic-flac (мазки свободной стопой по полу).
- Rond de jambe par terre с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией на cou-de-pied сзади на вытянутой ноге и на demi-plie.
- Battement fondu с разворотом ноги на cou-de-pied внутрь – наружу.
- Battement developpe и passe с разворотом ноги внутрь – наружу.
- Дробные выстукивания (в характере русского и испанского танцев).
- Grand battement jete на вытянутой ноге и с окончанием на demi-plie на работающую ногу и отрывом опорной пятки от пола.
- Опускание и переход с колена на колено.
- Grand battement jete в сочетании с coupe tombee.
- Grand rond de jambe developpe – круговой большой battement.
- Grand battement jete с увеличением размаха работающей ноги.
- Форма флик – рельтата.
- «Голубец» двумя ногами.
- Высокий «голубец».

Примечание:

На основе пройденных движений составляются комбинации.

Все элементы народно – сценического экзерсиса исполняются в различных национальных характерах, который диктует стиль и манеру данного движения.

Помимо материала, освоенного на предыдущих этапах обучения, педагог может добавить более сложные элементы знакомых народных танцев, а также включить в программу изучение нового материала по своему выбору факультативно.

Вращения по диагонали и по кругу

- Бег.
- Подскоки.
- Chainee на п/п.
- «Блинчики».
- Дробью («двойной»).
- На месте с подогнутыми («под себя») ногами.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Добавляется изучение различного вида вращений, сложных дробей (для девушек), прыжков с растяжкой и трюковых элементов (для юношей).

Движения танца

1. Присядки:

- присядка с вынесением ноги в сторону;
- присядка с проскальзыванием во 2-ую позицию ног;
- присядка с выбрасыванием ноги вперёд;
- «ползунок»;
- «волчок» или «мельница»;
- «мячик»;
- «подсечка»;
- присядка с выносом ноги в сторону.

2.Трюки:

- растяжка в воздухе;
- «щучка»;
- прыжок в «кольцо» назад;
- присядка с выбрасыванием ног в стороны;
- присядка «лягушка»;
- полуприсядка с остановками в стороны на каблуки и на epaulement croisee;
- упражнение для укрепления подъёма стопы;
- полуприсядка с выбрасыванием ноги вперёд и в воздух;
- присядка с опусканием на колено и выносом ноги в сторону;
- «ножницы»;
- присядка с выбрасыванием ног в стороны, в воздух;
- «ползунок» на руках;
- прыжки с согнутыми ногами (одна – спереди, другая – сзади).

Изучение самобытных особенностей русского народного танца своей области, района. Создание на этом материале композиций, которые исполняются и выглядят более органично и художественно, чем всем известные стандартные варианты русских плясок.

ИСПАНСКИЙ ТАНЕЦ

Народные танцы Испании отличаются необыкновенным разнообразием. Каждая провинция имеет свои образцы, подчас совершенно не похожие на танцы других провинций.

Изучение испанских народных танцев, часть которых канонизирована и стала классической школой испанского танца, требует длительного времени для усвоения и серьёзной специализации. В условиях системы дополнительного образования можно получить лишь общее представление о некоторых типичных элементах народных танцев Испании.

Наиболее известны и привычны для нас танцы Андалусии (юг Испании), для которых характерны выстукивания – сапатеадо, плавные и мягкие движения рук особая посадка головы и корпуса. Широко известны танцы испанских цыган – фламенко, также представляющие собой отдельную школу. В репертуаре

танцевальных коллективов часто встречается «Арагонская хота», родившаяся из народного танца провинции Арагон.

Движения андалусийских танцев

Положение ног

- при изучении элементов используются 4-я и 3-я свободные позиции ног.

Положения рук

- руки в подготовительной позиции позади корпуса, запястья более согнуты;
- одна рука – в подготовительной позиции позади корпуса, другая в 3-й позиции, запястья более согнуты;
- кисти рук лежат на бёдрах пальцами вниз, локти слегка направлены вперёд;
- руки могут быть вытянуты вперёд, в стороны, подняты вверх, при этом кисти во время исполнения танца делают вращательные движения.

Движения танца

1. Дробные движения:

- сапатеадо – выстукивание п/п и каблуком по 6-ой позиции ног (м/р 2/4);
- выстукивание всей стопой и п/п по 3-ей позиции ног (м/р 2/4);
- выстукивание одной ногой, полупальцами или всей стопой с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами (м/р 3/4);
- шаг по диагонали вперёд или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-ой свободной позиции сзади или спереди (м/р 3/4);
- выстукивание п/п, соединённое с шагом вперёд и назад (м/р 2/4).

2. Ходы:

- шаги – переступаниями на п/п (м/р 3/4);
- удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперёд в прямом положении (жёсткое) – м/р 3/4;
- удлиненный шаг вперёд на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-ой прямой позиции ног на п/п или двумя небольшими шагами (с продвижением вперёд) м/р 3/4;
- длинный шаг по 4-ой позиции ног (м/р 2/4);
- удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-ой свободной позиции ног в полуприседании со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса, с руками (м/р 3/4);
- шаг в сторону в полуприседании со скользящим подведением и подъёмом на п/п в 5-ую позицию ног (открытую) другой ноги вперёд. С последующим переходом на неё в полуприседании, в координации с движением руки и наклоном корпуса (м/р 3/4);
- шаг по диагонали вперёд или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-ой свободной позиции ног сзади или спереди (м/р 3/4).

3. Основные движения:

- перескакивание с ноги на ногу – разновидность pas de basque (м/р 2/4);
- соскок в 1-ую прямую позицию ног на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседании (м/р 3/4);

- соскок в 1-ую, 4-ую прямые и 5-ую свободную позиции ног на полупальцы в полуприседании (м/р 3/4);
- Glissade – скользящее движение ноги (м/р 3/4);
- повороты на месте (м/р 2/4 и 3/4);
- опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса (м/р 3/4);
- опускание на колено и поворот на месте (м/р 3/4);
- движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперёд (м/р 3/4).

Маленький этюд на основе движений андалусийских танцев.

Движения танца «Арагонская хота» (м/р 3/4)

Положение ног

- при изучении элементов используются 4-я, 3-я и 2-я свободные позиции ног.

Положения рук

- руки на талии;
- руки раскрыты в стороны, локти направлены вниз, кисти на уровне висков;
- одна рука – в 1-ой позиции, другая – во 2-ой, кисти свободны;
- руки в 3-ей позиции;
- одна рука – в 3-й позиции, другая – в подготовительной или 1-й позиции.

Движения танца

1.Шаги:

- длинный шаг (исходное положение 6-я позиция ног, руки – на талии);
- короткий шаг (исходное положение 3-я позиция ног);
- красивый шаг (исходное положение 3-я позиция ног);
- шаг в сторону (исходное положение 3-я позиция ног).

2. Основные движения:

- «ключ» с коротким шагом (исходное положение 6-я позиция ног);
- «косичка» (исходное положение 6-я позиция ног);
- простой кабриоль (исходное положение 6-я позиция ног);
- повороты на месте (исходное положение 6-я позиция ног);
- «винт» (движение для девушек) – (исходное положение 6-я позиция ног);
- колено (движение для юношей) – (исходное положение 6-я позиция ног);
- «верёвочка» (исходное положение 3-я позиция ног);
- пятка – носок (исходное положение 6-я позиция ног);
- «полотёр» (исходное положение 6-я позиция ног);
- поворот на месте (исходное положение 3-я позиция ног);
- заключительное движение (исходное положение 3-я позиция ног).

Маленький этюд на основе движений танца «Арагонская хота».

ЦЫГАНСКИЙ ТАНЕЦ

Положение ног

- при изучении элементов используются 6-я, 1-я , 2-я, 3-я. 4-я свободные позиции ног.

Положения рук

- положения рук характерны отогнутыми вверх ладонями;
- руки разведены в стороны на уровне плеч, в запястьях согнуты вверх, ладони направлены наружу;
- руки вытянуты вперёд перед грудью с округлыми локтями, ладони смотрят вперёд;
- руки скрещены на уровне груди, запястья отогнуты, ладони направлены вперёд;
- руки подняты в 3-ю позицию или находятся между 3-й и 2-й позицией, ладони направлены вверх;
- одна или две руки могут поддерживать монисто на груди, при этом локти подняты и направлены чуть вперёд.

Движения танца (м/р 2/4, 4/4)

1. Ходы:

- первый ход (исходное положение 6-я позиция ног);

Описание:

На «раз» – шаг вперёд правой ногой.

На «два – и» - шаг вперёд левой ногой.

На «три» – шаг вперёд правой ногой, подняться на п/п.

На «и» – левую ногу, свободную в подъёме и согнутую в колене, которое направлено вперёд, слегка приподнять чуть сзади правой ноги. Юноши при этом ударяют рукой по левой ступне.

На «четыре» – опуститься на всю ступню правой ноги.

Повторить движение, начиная с левой ноги.

Ход можно исполнять на demi-plie, слегка приподнимая ногу или оставляя её сзади на носке. Можно также на счёт «три» добавлять прыжок.

- второй ход (исходное положение 6-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – провести правую ногу, ненапряжённую в колене и подъеме, вперёд. Корпус слегка наклонить вправо.

На «раз» – сделать правой ногой шаг вперёд на низкие п/п, тяжесть корпуса перенести на правую ногу, левую, слегка согнутую в колене, оставить сзади, отделив пятку от пола.

На «и» – левую ногу подтянуть к правой так, чтобы носок был возле пятки правой ноги на низких п/п.

На «два» – правой ногой шаг вперёд на всю стопу. Левая нога, слегка согнутая в колене, остаётся сзади, пятка отделена от пола.

На «и» – левую ногу подтянуть к правой по 6-ой позиции ног, не задерживаясь, провести вперёд, начиная на следующий такт движение с левой ноги, положение корпуса и рук соответственно меняется.

Характер движения – лёгкий и стремительный.

- дробный ход (исходное положение 6-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – слегка скользнув на левой ноге, правую, согнутую в колене, приподнять до щиколотки левой ноги.

На «раз» – с лёгким ударом опустить правую ногу п/п на пол немного впереди левой.

На «и» – опустить левую ногу п/п на пол немного впереди правой.

На «два» – опустить правую ногу всей стопой возле левой ноги в 6-ую позицию ног.

На «и» – повторить движение затакта, проскальзывая на правой ноге.

- мужской ход с «хлопушкой» (исходное положение 6-я позиция ног руки свободно опущены вниз);

Описание:

На «раз» – шаг вперёд правой ногой с одновременным хлопком в ладоши перед собой. Вытянуть левую ногу, немного приподняв над полом, провести вперёд.

На «и» – проскользнув на п/п правой ноги, резко согнуть левую ногу в колене. Одновременно ладонью левой руки ударить по левой ноге немного выше колена.

На вторую шестнадцатую долю такта ударить ладонью правой руки, а затем – снова левой.

На «два» – шаг вперёд левой ногой.

На «и» – шаг вперёд правой ногой.

Повторить движение, начиная с левой ноги.

- перекрещивающиеся шаги (исходное положение 3-я позиция ног);

Описание:

На «затакт» – demi-plie.

На «раз» – вскочить на п/п во 2-ую позицию ног, чуть продвигаясь вправо, руки снизу развести в стороны, ладони отогнуты вверх.

На «и» – вернуться в demi-plie, подтягивая левую ногу к правой сзади, руки скрестить в

подготовительной позиции, не меняя положения ладоней, корпус наклонить чуть вперёд.

На «два – и» – повторить вышеописанные движения.

2. Основные движения:

- движение плеч (движение для девушки);
- чечётка с переступанием на п/п;
- чечётка с переступанием одной ноги накрест другой;
- «голубец» с чечёткой;
- перепрыгивание с двух ног на одну;

- хлопушка (исходное положение 6-я позиция ног) – движение для юношей;

Описание:

На «затакт» – отрывистый удар стопой правой ноги.

Такт 1-й:

На «раз» – удар перед собой правой ладонью о левую, которая находится у левого плеча.

На «и» – удар ладонью правой руки по правой стороне груди. На вторую шестнадцатую долю такта - удар ладонью левой руки по левой стороне груди.

На «два» – удар правой ладонью по правому бедру, затем левой ладонью по левому бедру.

На «и» – поднять левую ногу, согнутую в колене, которое направлено влево.

На вторую шестнадцатую долю такта – удар ладонью правой руки о щиколотку левой ноги.

Такт 2:

На «раз» – согнутую левую ногу повернуть коленом вперёд, ударив левой ладонью немного выше колена, и затем опустить стопу левой ноги на пол. Поднять правую ногу, согнутую в колене, которое направлено вперёд.
На «и» – удар правой ладонью по ноге немного выше колена.
На «два» - с акцентом опустить стопу правой ноги на пол.

Маленький этюд на основе движений цыганского танца.

3. Элементы джазового танца и современных танцевальных стилей.

Задачи:
- stretch с port de bras в сторону в положении сидя, со сменой позиции рук (contraction, release);
- stretch с port de bras вперёд и назад в положении сидя (contraction, release);
- stretch batman developpes в сторону в положении лёжа;
- stretch batman relevelent лёжа;
- stretch – скручивание и раскручивание корпуса.

Практические занятия:

Повторяются ранее изученные движения отдельными частями тела (центрами) с целью совершенствования техники изоляции, движения с последовательной координацией, танцевальные комбинации.

Движения экзерсиса
Экзерсис выполняется на середине зала и включает в себя все упражнения, разученные ранее, но темп ускоряется и увеличивается дозировка:
- разминка, которая включает в себя упражнения для головы, плеч;
- круговые движения руками;
- наклоны и повороты корпуса;
- приседания и поднимание на полупальцы;
- demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой позициям ног открытым и закрытым с port de bras;
- battement tendu по 1-ой открытой и закрытой позиции ног с поворотом и releve;
- battement tendu jete по 1-ой открытой позиции ног;
- rond de jambe par terre;
- battement fondu вперёд и назад в epaulement;
- petit battement sur le cou-de-pied;
- grand battement jete вперёд, в сторону и назад по 1-ой открытой и закрытой позиции ног;
- battement developpe по трём направлениям в большие позы на 90^0 в сочетании с port de bras;
- упражнения для растягивания мышц задней поверхности бедра, ахиллова сухожилия;
- различные формы port de bras.

Изолированные движения
Полиритмия и полицентрия. Движения трёх четырёх и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

Упражнения для позвоночника

- торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока;
- соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развёрнутые комбинации с использованием падений и подъёмов, а так же с поворотами на одной ноге;
- проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.;
- развёрнутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъёмы, а так же переходы из уровня в уровень.

Кросс

- grand battement jete на каждый 4-й шаг и в повороте (по всем направлениям);
- grand battement jete с releve подряд;
- grand battement jete с releve на каждый 4-й шаг;
- rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд (на каждый четвёртый шаг);
- battement developpe (резкий) на каждый 4-й шаг;
- battement developpe (резкий) подряд;
- pas chasse и rond de jambe par terre на 90^0 в повороте на 360^0;
- pas chasse и battemen passe;
- pas chasse – arabesque 1-й с поворотом на 180^0;
- pas de bourree tour pice с soutenu;
- pas de bourree с pirouettes (подряд);
- pas de bourree с шагами;
- tour chaine на вытянутых ногах, tour chaine на присогнутых ногах, выпад и поворот вокруг себя на шагах;
- pas chasse и arabesque в прыжке;
- pas chasse и attitudes в прыжке;
- saute;
- pirouettes en dehors на каждый 4-й шаг;
- pas jete;
- pas de chat;
- прыжок с подогнутой ногой («пистолет»);
- pas jete en tournant;
- шаги с координацией трёх, четырёх и более центров;
- шаги с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов;
- па эшапе с поворотом.

Вращения

- пируэт из 2-ой позиции ног на 180^0, 360^0, 720^0;
- пируэт из 4-ой позиции ног на 180^0, 360^0, 720^0;
- пируэт в позах (efacce, croisee);
- вращения по кругу.

Танцевальные комбинации

Комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъёмами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Ожидаемый результат

- по завершению учебного процесса на 8-ом году обучения дети должны владеть всем проученным материалом;
- уметь работать одновременно двумя, тремя и более центами;
- выполнять вращения, шаги и прыжки по диагонали;
- владеть stretch – скручиванием и раскручиванием корпуса.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

- Этюд на основе движений классического танца.
- Этюд на основе движений русского народного танца.
- Этюд на основе движений андалусийских танцев.
- Этюд на основе движений танца «Арагонская хота».
- Этюд на основе движений цыганского танца.
- Этюд на основе движений джазового танца и современных танцевальных стилей.
- Работа над танцами и танцевальными этюдами согласно репертуарно – постановочного плана.

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

- Беседа «История мирового балета».
- Беседа «Богатство русской хореографии».
- Беседа «Известные хореографы».

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны знать:

- программный материал 8 года обучения по классическому, народно – сценическому, современному танцам, танцевальный репертуар.
- должно быть сформировано целостное мировоззрение;
- должны быть сформированы собственные предпочтения и художественный вкус.

Обучающиеся должны уметь:

- заниматься танцевальным творчеством (самостоятельно составлять танцевальные комбинации, музыкально – сценические этюды);
- применять сформированное и развитое художественное мышление в познавательной, коммуникативной, социальной практике;
- применять полученные знания по хореографии в работе творческих объединений и других учебных заведениях;
- итогом обучения должна стать активная концертная деятельность.

Обучающиеся должны обладать навыками:

- музыкально – пластического интонирования;
- сохранения собственной физической формы.
- познавательной, учебно – исследовательской и проектной деятельности;

- разрешения проблем;
- способности и готовности к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания.

УРОВНИ И КРИТЕРИИ ЗУН ВОСПИТАННИКОВ ПО ХОРЕОГРАФИИ НА КОНЕЦ 8-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Виды упражнений и движений	Высокий (8 – 10 баллов)	Средний (7 – 4 баллов)
1. Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Умеет применять знания на практике.	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается применять знания на практике.
2. Народно – сценический танец	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Хорошо составляет этюды на основе элементов народно – сценического танца.	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Составляет самостоятельно этюды на основе элементов

	Передаёт характер, прекрасно владеет сюжетом.	народно – сценического танца. Передаёт характер.
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальные стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды на основе изученного материала, импровизировать.
4. Постановочная работа Программный танец	Хорошо владеет законами драматургии, сюжетом. Самостоятельно делает постановки. Может работать в коллективе. Хорошо владеет знаниями и применяет их на практике.	Владеет законами драматургии и сюжетом. Пытается самостоятельно делать постановки. Может работать в коллективе. Владеет знаниями и может применять их на практике.
5. Концертная деятельность	Хорошо владеет техникой, позволяющей исполнять разнообразный репертуар, имеющий эстетическую ценность в глазах специалиста (-ов) по данному направлению, зрителей. Не испытывает эмоционального перенапряжения, препятствующего реализации ЗУН, мешающего созданию образа во время исполнения. Активный участник всех смотров, фестивалей.	Владеет техникой, позволяющей исполнять разнообразный репертуар, имеющий эстетическую ценность в глазах специалиста (-ов) по данному направлению, зрителей. Немного испытывает эмоциональное перенапряжение, препятствующее реализации ЗУН, мешающее созданию образа во время исполнения. Активный участник смотров, фестивалей.
6. Личностные качества	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные, нравственные и гуманные качества. Имеет сформированный образ «Я».	Развит танцевальный, художественный вкус. Проявляет коммуникативные и нравственные качества. Имеет достаточно сформированный образ «Я».

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
8-ой год обучения

Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы Кол-во часов
сентябрь	Народно – сценический танец	▪ Сбор участников коллектива. Внешний вид учащихся. ▪ Проведение инструктажа по ТБ. ▪ Повторение материала прошлого года по народно – сценическому танцу.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Повторение материала прошлого года: ▪ комбинации экзерсиса и партерной гимнастики.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные	Постановочная работа согласно репертуарно –	Практическое

	этюды и танцы	постановочного плана.	занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. ▪ Battement double fondu на 45^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. ▪ Battement fondu en face на п/п на 45^0. Движения раздела allegro: ▪ Pas glissade en tournant.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Demi-plie и grand-plie по всем позициям ног. ▪ Battement tendu с сокращением стопы , с переводом стопы на каблук – носок – каблук как на вытянутой ноге, так и с приседанием. Тема: «Русский народный танец». Дробные движения: ▪ дробь с синкопами; ▪ дробь с синкопами; ▪ дробь «коняшка». Присядки: ▪ присядка с вынесением ноги в сторону; ▪ присядка с проскальзыванием во 2-ую позицию ног.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Разминка, которая включает в себя упражнения для головы, плеч. ▪ Круговые движения руками. ▪ Наклоны и повороты корпуса. ▪ Приседания и поднимание на полупальцы. ▪ Упражнения для растягивания мышц задней поверхности бедра, ахиллова сухожилия. ▪ Различные формы port de bras. Упражнение на середине зала: ▪ Позиции рук характерные для джаз танца: 8 позиция джаза, позиция V, позиция L. ▪ Flat back назад. ▪ Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса. ▪ Паховые и боковые растяжки. Кросс: ▪ Отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Rond de jambe en l`air на $90^0$ . Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement tendu с battement tendu jete. ▪ Battement fondu с plie-releve и demi rond de jambe en l`air. Движения раздела allegro: ▪ Grand pas assemble вперёд и в сторону, в позах.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement tendu (в характере грузинского танца). ▪ Комбинация на battement tendu «каблучный» (в характере русского танца).	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Каблучные движения – выведение ноги на каблук на demi-plie через небольшое developpe с отрывом опорной пятки от пола. Тема: «Русский народный танец». Основные движения: ▪ «верёвочка» **–** «косыночка»; ▪ «верёвочка» с «корабликом»; ▪ «ковырялочка» (круглая) **–** удар полупальцами работающей ноги сзади опорной, затем «ковырялочка»; ▪ «ковырялочка» (на воздух); ▪ подбивка на перескоках; ▪ подбивка на перескоках (окончание); ▪ подбивка боковая. Присядки: ▪ присядка с выбрасыванием ноги вперёд; ▪ «ползунок».	
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Demi-plie и grand-plie по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой позициям ног открытым и закрытым с port de bras. ▪ Комбинация на demi-plie и grand-plie. Упражнение на середине зала: ▪ Проработка deep body bend, side stretch. Кросс: ▪ Grand battement jete на каждый 4-й шаг и в повороте (по всем направлениям). ▪ Grand battement jete с releve подряд. ▪ Grand battement jete с releve на каждый 4-й шаг.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Rond de jambe en l` air на 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на rond de jambe par terre. ▪ Battement fondu en tournant en dehors и en dedans, по 1/4 круга (факультативно). Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne ouverte на 45^0.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement tendu по 1-ой открытой и закрытой позиции ног с поворотом и releve. ▪ Комбинация на batman tendus. Упражнение на середине зала: ▪ Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up. Кросс: ▪ Rond de jambe par terre на 90^0 с продвижением вперёд (на каждый четвёртый шаг).	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
сентябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.

сентябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на battement tendu jete (в характере сербского танца). ▪ Battement tendu jete на вытянутой ноге и на demi-plie, balancoire (на вытянутой ноге и с проскальзыванием на demi-plie). Тема: «Русский народный танец». Вращения: ▪ chainee на п/п; ▪ «блинчики»; ▪ дробью («двойной»); ▪ на месте с подогнутыми («под себя») ногами; ▪ вращение на прыжках полтура; ▪ вращение на прыжках тур. Присядки: ▪ «волчок» или «мельница»; ▪ «мячик».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Batman tendus jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. ▪ Batman tendus jete с использованием brash. ▪ Battement tendu jete по 1-ой открытой позиции ног. ▪ Комбинация на batman tendus jete. Упражнение на середине зала: ▪ Овладение системой растяжки stretch. Кросс: ▪ Battement developpe (резкий) на каждый 4-й шаг. ▪ Battement developpe (резкий) подряд.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Fouette en tournant en dehors и en dedans на 1/2 круга с ногой поднятой вперёд или назад на 90^0 на всей стопе и на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement frappe en tournant en dehors и en dedans, по 1/4 круга (факультативно). Движения раздела allegro: ▪ Grand pas echappe по 2-ой и 4-ой позициям ног.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией на cou-de-pied сзади на вытянутой ноге и на demi-plie. ▪ Комбинация на rond de jambe par terre (в характере испанского танца «Арагонская хота»). Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка изученных движений. ▪ Комбинация на «верёвочку». ▪ Комбинация на дробные выстукивания. Присядки: ▪ «подсечка»; ▪ присядка с выносом ноги в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Rond de jambe par terre с подъёмом ноги на 45^0. Движения с последовательной координацией: ▪ Спираль.	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Круг головой вправо. ▪ Круг правой рукой вперёд, вверх, вправо, вниз. Кросс: ▪ Pas chasse и rond de jambe par terre на 90^0 в повороте на 360^0. ▪ Pas chasse и battemen passe. ▪ Pas chasse – arabesque 1-й с поворотом на 180^0.	
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Fouette en tournant en dehors и en dedans на 1/2 круга с ногой поднятой вперёд или назад на 90^0 с plie-releve, оканчивая на п/п, и с полупальцев, оканчивая на demi-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Поза 4-й arabesque приёмом battement developpe. Движения раздела allegro: ▪ Grand changement de pieds.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Passe (подготовка к «верёвочке»). ▪ Battement fondu с разворотом ноги на cou-de-pied внутрь – наружу. Тема: «Русский народный танец». ▪ Комбинация на дробные выстукивания на материале танца «Тимоня». Трюки: ▪ растяжка в воздухе; ▪ «щучка».	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement fondu вперёд и назад в epaulement. Упражнения на середине зала: ▪ Овладение системой растяжки stretch. Движения с последовательной координацией: ▪ Круг корпусом, начиная вправо. ▪ Круг бёдрами, начиная вправо. ▪ Круг коленями (в полуприседании). ▪ Круг правой ногой вправо. ▪ Круг левой ногой влево. Кросс: ▪ Pas de bourree tour pice с soutenu.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete на п/п и в позах. Движения экзерсиса на середине зала:	Практическое занятие 2 ч.

		▪ Rond de jambe en l`air на 90^0 на всей стопе и на п/п. Движения раздела allegro: ▪ Pas de chat с броском ног назад.	
октябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на дробные выстукивания (в характере русского танца). Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Petit battement sur le cou-de-pied. Изолированные движения: ▪ Полиритмия и полицентрия. Движения трёх четырёх и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении. Кросс: ▪ Закрепление и отработка изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
октябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. ▪ Rond de jambe en l`air на 90^0 на п/п с окончанием на demi-plie. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement fondu с battement frappe. ▪ Grand battement jete на п/п и в позах. Движения раздела allegro: ▪ Pas echappe battu.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на «верёвочку» (в характере армянского танца). Тема: «Русский народный танец». Трюки: ▪ прыжок в «кольцо» назад; ▪ присядка с выбрасыванием ног в стороны.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на battement fondu (в характере украинского танца). Тема: «Русский народный танец». Трюки: ▪ присядка «лягушка»; ▪ полуприсядка с остановками в стороны на каблуки и на epaulement croisee; ▪ упражнение для укрепления подъёма стопы.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Battement developpe по трём направлениям в большие позы на 90^0 в сочетании с port de bras.	Практическое занятие 2 ч.

		Кросс: ▪ Pas de bourree с pirouettes (подряд). ▪ Pas de bourree с шагами.	
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe с быстрым demi rond de jambe en l`air en dehors и en dedans. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Tour chaine 8 – 16 оборотов. Движения раздела allegro: ▪ Pas jete в различных вариантах.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Battement developpe и passe с разворотом ноги внутрь – наружу. ▪ Комбинация на battement developpe (в характере венгерского танца «Чардаш»). Тема: «Русский народный танец». Трюки: ▪ полуприсядка с выбрасыванием ноги вперёд и в воздух; ▪ присядка с опусканием на колено и выносом ноги в сторону; ▪ «ножницы».	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Tour chaine на вытянутых ногах, tour chaine на присогнутых ногах, выпад и поворот вокруг себя на шагах.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Grand battement jete с battement developpe (мягкий). Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Battement fondu tombee. Движения раздела allegro: ▪ Grand pas jete.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». Трюки: ▪ присядка с выбрасыванием ног в стороны, в воздух; ▪ «ползунок» на руках; ▪ прыжки с согнутыми ногами (одна – спереди, другая – сзади).	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
ноябрь	Народно – сценический танец	Тема: «Русский народный танец». ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения	Кросс:	Практическое

	джазового танца	▪ Pas chasse и arabesque в прыжке. ▪ Pas chasse и attitudes в прыжке.	занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Комбинация на battement soutenu с petit battement. ▪ Grand battement jete balancoire с подъёмом на п/п. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Комбинация на battement soutenu с petit battement. ▪ Preparation из 2-ой позиции ног для tour sur le cou-de-pied en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne fermee.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Комбинация на растяжки (боком к станку, лицом к станку и по 6-ой позиции ног). Тема: «Танцевальная культура Костромского края»: ▪ Работа над композицией «Галичский хоровод».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Тема: «Танцевальная культура Костромского края»: ▪ Работа над композицией «Галичский хоровод».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Rond de jambe par terre en tournant. Движения раздела allegro: ▪ Pas assemble battu (с заноской).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Вращения по диагонали и по кругу: ▪ Бег. ▪ Подскоки. Тема: «Танцевальная культура Костромского края»: ▪ Работа над композицией «Галичский хоровод».	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Кросс: ▪ Saute. ▪ Pirouettes en dehors на каждый 4-й шаг.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Preparation для tour из 4-ой позиции ног en dehors и en dedans. Движения раздела allegro: ▪ Pas jete battu (с заноской).	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно –	Вращения по диагонали и по кругу:	Практическое

	сценический танец	▪ Chainee на п/п. ▪ «Блинчики». Тема: «Танцевальная культура Костромского края»: ▪ Работа над композицией «Галичский хоровод».	занятие 2 ч.
декабрь	Движения джазового танца	Вращения: ▪ Пируэт из 2-ой позиции ног на 180^0, 360^0, 720^0.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pirouettes. Движения раздела allegro: ▪ Pas sissoonne simple en tournant.	Практическое занятие 2 ч.
декабрь	Народно – сценический танец	Вращения по диагонали и по кругу: ▪ Дробью («двойной»). ▪ На месте с подогнутыми («под себя») ногами. Тема: «Танцевальная культура Костромского края»: ▪ Работа над композицией «Галичский хоровод».	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: Основные движения: ▪ положение ног и рук.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete вперёд, в сторону и назад по 1-ой открытой и закрытой позиции ног. Кросс: ▪ Pas jete.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Дробные выстукивания (в характере русского и испанского танцев). Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: Основные движения: Дробные движения: ▪ сапатеадо – выстукивание п/п и каблуком по 6-ой позиции ног (м/р 2/4); ▪ выстукивание всей стопой и п/п по 3-ей позиции ног (м/р 2/4);	Практическое занятие 2 ч.

		▪ выстукивание одной ногой, полупальцами или всей стопой с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами (м/р 3/4); ▪ шаг по диагонали вперёд или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-ой свободной позиции сзади или спереди (м/р 3/4); ▪ выстукивание п/п, соединённое с шагом вперёд и назад (м/р 2/4).	
январь	Движения джазового танца	Упражнения для позвоночника: ▪ Торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока. Вращения: ▪ Пируэт из 4-ой позиции ног на 180^0, 360^0, 720^0.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree dessus, dessous. Движения раздела allegro: ▪ Отработка и закрепление изученных комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
январь	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Flic-flac (мазки свободной стопой по полу). Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: Основные движения: Ходы: ▪ шаги – переступаниями на п/п (м/р 3/4); ▪ удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперёд в прямом положении (жёсткое) – м/р 3/4; ▪ удлиненный шаг вперёд на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-ой прямой позиции ног на п/п или двумя небольшими шагами (с продвижением вперёд) м/р 3/4; ▪ длинный шаг по 4-ой позиции ног (м/р 2/4); ▪ удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-ой свободной позиции ног в полуприседании со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса, с руками (м/р 3/4); ▪ шаг в сторону в полуприседании со скользящим подведением и подъёмом на п/п в 5-ую позицию ног (открытую) другой ноги вперёд. С последующим переходом на неё в полуприседании, в координации с движением руки и наклоном корпуса (м/р 3/4); ▪ шаг по диагонали вперёд или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-ой свободной позиции ног сзади или спереди (м/р 3/4).	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.

февраль	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete на вытянутой ноге и с окончанием на demi-plie на работающую ногу и отрывом опорной пятки от пола. ▪ Опускание и переход с колена на колено. Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: Основные движения: ▪ перескакивание с ноги на ногу – разновидность pas de basque; ▪ соскок в 1-ую прямую позицию ног на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседании (м/р 3/4); ▪ соскок в 1-ую, 4-ую прямые и 5-ую свободную позиции ног на полупальцы в полуприседании; ▪ Glissade – скользящее движение ноги (м/р 3/4); ▪ повороты на месте (м/р 2/4 и 3/4).	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete в сочетании с coupe tombee. ▪ Grand rond de jambe developpe – круговой большой battement. Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: Основные движения: ▪ опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса (м/р ¾); ▪ опускание на колено и поворот на месте (м/р ¾); ▪ движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперёд (м/р ¾).	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	Упражнения для позвоночника: ▪ Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развёрнутые комбинации с использованием падений и подъёмов, а так же с поворотами на одной ноге.	Практическое занятие 2 ч.

		Кросс: ▪ Pas de chat. Вращения: ▪ Пируэт из 4-ой позиции ног на 180^0, 360^0, 720^0.	
февраль	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа: ▪ Работа над танцем «Вертушки».	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Battement developpe ballotte на 45^0 и 90^0. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de bourree ballotte. Движения раздела allegro: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
февраль	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Grand battement jete с увеличением размаха работающей ноги. ▪ Комбинации на растяжки. Тема: «Испанский танец». ▪ Постановка этюда на основе движений андалусийских танцев.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Упражнения для позвоночника: ▪ Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д. Кросс: ▪ Прыжок с подогнутой ногой («пистолет»).	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Tour en dehors с degage. Движения раздела allegro: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения андалусийских танцев: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.

март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Tour en dedans с coupe. Движения раздела allegro: Пальцевая техника: ▪ Releve. ▪ Pas echappe.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ Форма флик – револьтата. Тема: «Испанский танец». Движения танца «Арагонская хота»: Основные движения: ▪ положение ног и рук.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений. Упражнения для позвоночника: ▪ Развёрнутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъёмы, а так же переходы из уровня в уровень. Кросс: ▪ Pas jete en tournant.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
март	Классический танец	Пальцевая техника: ▪ Pas coupe и pas tombe. ▪ Pas sissoonne simple.	Практическое занятие 2 ч.
март	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения танца «Арагонская хота»: Основные движения: Шаги: ▪ длинный шаг; ▪ короткий шаг; ▪ красивый шаг; ▪ шаг в сторону.	Практическое занятие 2 ч.
март	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
март	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Attitudes на 90^0.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения танца «Арагонская хота»: Основные движения: ▪ «ключ» с коротким шагом; ▪ «косичка»; ▪ простой кабриоль; ▪ повороты на месте;	Практическое занятие 2 ч.

		▪ «винт» (движение для девушек); ▪ колено (движение для юношей).	
апрель	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений. Упражнения для позвоночника: ▪ Stretch с port de bras в сторону в положении сидя, со сменой позиции рук (contraction, release); ▪ Stretch с port de bras вперёд и назад в положении сидя (contraction, release); ▪ Stretch batman developpes в сторону в положении лёжа; ▪ Stretch batman relevelent лёжа; ▪ Stretch – скручивание и раскручивание корпуса. Кросс: ▪ Шаги с координацией трёх, четырёх и более центров. Вращения: ▪ Пируэт в позах (efacce, croisee).	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ 4-ое и 6-ое port de bras, temps lie на 90^0. Движения раздела allegro: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Пальцевая техника: ▪ Различные виды pas de bourree. ▪ Pas coupe ballonnee.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Движения экзерсиса: ▪ «Голубец» двумя ногами. ▪ Высокий «голубец». Вращения по диагонали и по кругу: ▪ Отработка изученных движений и комбинаций. Тема: «Испанский танец». Движения танца «Арагонская хота»: Основные движения: ▪ «верёвочка»; ▪ пятка – носок; ▪ «полотёр»; ▪ поворот на месте; ▪ заключительное движение.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений. Кросс: ▪ Шаги с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». Движения танца «Арагонская хота»: ▪ Отработка и закрепление изученных движений танца.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	Движения экзерсиса: ▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений. Кросс: ▪ Па эшапе с поворотом.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Испанский танец». ▪ Постановка этюда на основе движений танца «Арагонская хота».	Практическое занятие 2 ч.

апрель	Движения джазового танца	▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2
апрель	Классический танец	Движения экзерсиса у станка: ▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений. Движения экзерсиса на середине зала: ▪ Pas de basque en face. Пальцевая техника: ▪ Pas coupe ballonnee. ▪ Sus-sous вперёд и назад. ▪ Preparation из 5-ой позиции для tour sur le cou-de-pied и tour en dehors и en dedans.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Народно – сценический танец	Тема: «Цыганский танец». Основные движения: ▪ положение ног и рук; ▪ ходы; ▪ дробный ход; ▪ мужской ход с «хлопушкой»; ▪ перекрещивающиеся шаги.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Движения джазового танца	▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
апрель	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2
апрель	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений. Пальцевая техника: ▪ Tour chaine 8 оборотов. ▪ Pas ballonnee en face и в epaulement.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Цыганский танец». Основные движения: ▪ движение плеч (движение для девушки); ▪ чечётка с переступанием на п/п; ▪ чечётка с переступанием одной ноги накрест другой; ▪ «голубец» с чечёткой; ▪ перепрыгивание с двух ног на одну; ▪ хлопушка – движение для юношей.	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений. Пальцевая техника: ▪ Changement de pieds en tournant. ▪ Различные виды поворотов (glissade, soutenu, chainee) и pirouettes.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический	Тема: «Цыганский танец». ▪ Постановка этюда на основе движений «Цыганского	Практическое занятие

	танец	танца».	2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Разучивание комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Народно – сценический танец	Тема: «Цыганский танец». ▪ Постановка этюда на основе движений «Цыганского танца».	Практическое занятие 2 ч.
май	Движения джазового танца	▪ Постановка комбинаций на основе изученных движений.	Практическое занятие 2 ч.
май	Танцевальные этюды и танцы	Постановочная работа согласно репертуарно – постановочного плана.	Практическое занятие 2 ч.
май	Классический танец	▪ Отработка и закрепление пройденного материала.	Практическое занятие 2 ч.
ВСЕГО: 288 часов			

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительная учебная документация востребована на определённом этапе образовательного процесса. В ходе реализации общеобразовательной программы широко используется диагностический и исследовательский аппарат. Это различные контрольно – оценочные диагностики, тесты стартовой, промежуточной и итоговой аттестации, анкеты, индивидуальные дневники наблюдений, обеспечивающие непрерывный мониторинг процесса личностного развития обучающихся. По дополнительным программам разрабатываются индивидуальные образовательные маршруты, рассчитанные на обучение одарённых детей или детей с ограниченными физическими возможностями.

Перечень учебной документации педагога

Образовательная программа
Индивидуальные образовательные маршруты
Сведения об учащихся (картотека)
Сведения о наполняемости учебных групп
Сведения об итогах участия в мероприятиях
Сведения о выпускниках
Журналы учёта работы
Инструкции по технике безопасности
Справки о состоянии здоровья воспитанников

Методические материалы

Принципы, формы, методы и технологии организации учебно – познавательной деятельности

Принципы содержания хореографического образовательного процесса:

- Гуманизация.
- Дифференцирование и индивидуализация.
- Развивающее и творческое обучение.
- Коллективное сотрудничество.
- Преемственность, непрерывность и завершённость.

Принципы дидактики:

- Принцип развивающего и воспитывающего характера обучения.
- Принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства.
- Принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, эстрадного танца.
- Принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа.
- Принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся.
- Принцип доступности и посильности.
- Принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные. В репетиционно – постановочные занятия включается количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

Формы:

- Коллективная – воспитанники рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (самостоятельная постановка хореографических композиций).
- Групповая – осуществляется с группой воспитанников состоящих из трёх и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.
- Парная – общение с двумя воспитанниками, которые в свою очередь взаимодействуют (дуэтный танец).
- Индивидуальная – оказание помощи воспитаннику по усвоению сложного материала. Подготовка к сольному номеру.

Программа предлагает разные виды занятий:

- Учебное занятие.
- Занятие – игра.
- Занятие – экскурсия.
- Лекция.
- Практическое и семинарское занятие.
- Лабораторная работа.
- Пленэр.
- Круглый стол.
- Открытое занятие.
- Класс – концерт.
- Мастер – класс.

Основные методы обучения:

- Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
- Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
- Метод практического обучения, где в учебно – тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.
- Обращение к сознанию ребёнка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.
- Стимулирование.
- Анализ конкретной ситуации.
- Создание ситуации успеха.
- Метод рефлексии.

Особое значение приобретает взаимодействие традиционных и инновационных педагогических подходов на занятиях с хореографическим коллективом. В образовательной деятельности в условиях электронного обучения широко применяются дистанционные технологии и технологии проектного обучения.

К традиционным методам подготовки относятся:

- Методы и рекомендации по изучению танцевальной техники.
- Построения и разучивание танцевальных комбинаций.
- Изучение истории становления и развития искусства танца.
- Общее эстетическое развитие занимающихся.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты:

- Современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей.
- Педагогические аспекты творческой деятельности.
- Электронное обучение с применением дистанционных технологий.
- Методы развития межличностного общения в коллективе.
- Интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.
- Методы создания художественной среды средствами хореографии.

Мой инновационный опыт представляет собой применение комплексного способа разучивания танцевальных комбинаций на основе приёма «от простого к сложному» для развития танцевальных способностей воспитанников.

Данный способ включает:

- Визуальный компонент (наглядная подача материала самим педагогом, знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, просмотр идеальных образцов танцевальной культуры).
- Теоретический компонент (объяснение правил выполнения движений с учётом возрастных особенностей детей).
- Практический компонент (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путём многократного повторения, тренировка мышечной памяти; на практических занятиях использую видеосъемку, для работы на следующем этапе).
- Рефлексивный компонент (предполагает обращение к видеозаписи практических занятий для анализа и сравнения, что позволяет оценить достоинства и недостатки работы; также дается установка на домашнее задание, мысленный повтор разученных комбинаций).

Развитие личности ребёнка в учреждении дополнительного образования детей идёт на учебном занятии, на досуговых и творческих мероприятиях.

Основные технологии обучения:

Ведущей технологией является технология обучения в сотрудничестве.

Данная технология позволяет организовать обучение детей по программе в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией.

Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально – групповую работу и командно – игровую работу. В первом случае занимающиеся разбиваются на группы в несколько человек. Группам даётся определенное задание, например, самостоятельно повторить разученные танцевальные элементы. Это чрезвычайно эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребёнком. Разновидностью индивидуально – групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Члены команды помогают друг другу при выполнении своих индивидуальных заданий, проверяют, указывают на ошибки.

В моей педагогической деятельности использую следующие формы занятий для эффективной работы хореографического коллектива и достижения высокого творческого результата:

- групповая форма (группы формируются с учётом возраста детей, также различаются по половому признаку; группа может насчитывать от 8 до 12 человек; группа может состоять из участников какого-либо танца или этюда);
- коллективная форма (такая форма применяется для проведения сводных репетиций, ансамблей, постановок танцев, где, например, задействовано несколько возрастных групп);
- индивидуальная форма (работа с солистами, наиболее одарёнными детьми; такая форма также необходима для детей, не усвоивших пройденный материал, отстающими детьми).

Технология игрового обучения применяется мною, так как в составе обучающихся составляют дети дошкольного и младшего школьного возраста. Учитывая психологию детей данного возраста и беря во внимание то, что ведущей деятельностью в этот период является игра, многие занятия я выстраиваю в форме танцевальных и музыкальных игр.

Речь идёт не только об использовании игры для разрядки и отдыха, а о том, чтобы сделать её органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели.

Мною разработана методика проведения нетрадиционных занятий в форме сказок: для занятий с группами дошкольного возраста. На примере такого занятия можно проследить, как традиционные упражнения партерной гимнастики приобретают одушевлённые формы в виде животных, растений, явлений природы, предметов, что помогает их сделать понятнее, интереснее, а также развивает детское воображение и эмоциональность, закладывает истоки творчества.

Технология проектного обучения.

Внедряемая мною дополнительная образовательная общеразвивающая программа обеспечивает высокую личную заинтересованность каждого обучающегося в приобретаемых знаниях. Хореографические занятия полны творческих заданий, приключенческих, игровых и практико − ориентированных проектов. Ученики могут выполнять как в группах, так и индивидуально.

Технология здоровьесберегающего обучения.

В своей работе я придерживаюсь здоровьесберегающей организации учебного процесса.

Применяя данную технологию, ставлю перед собой следующие задачи:

- Организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья.
- Создание условий ощущения у детей радости в процессе обучения.
- Мотивация на здоровый образ жизни.
- Формирование у детей устойчивого понимания, что занятия хореографией – способ поддержания здоровья, развития тела.

Информационные технологии.

Актуально применение и информационно – коммуникационных технологий в дополнительном образовании, так как это позволяет средствами мультимедиа в наиболее доступной и привлекательной, игровой форме,

достигнуть нового качества знаний, развивает логическое мышление детей, усиливает творческую составляющую учебного труда, максимально способствуя повышению качества образования учащихся. В своей работе данные технологии использую и как образовательные для детей, и как вспомогательные для обеспечения материально – технического оснащения урока. Презентации, обучающие видеоролики и мастер – классы, используемые мною на занятиях, позволяют сделать занятия эмоционально окрашенными, привлекательными, вызывающими у воспитанников живой интерес, они являются прекрасным наглядным пособием и демонстрационным материалом, что способствует хорошей результативности занятия. Формируются способы зрительного восприятия, обследования, выделения в предметном мире качественных, количественных и пространственно – временных признаков и свойств, развиваются зрительное внимание и зрительная память.

Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

Применение компьютера позволяет:

- Накапливать и хранить музыкальные файлы.
- Менять темп, звуковысотность музыкального произведения.
- Производить монтаж, компоновку музыкального произведения.
- Хранить фото и видеоматериалы коллектива.

Компьютер даёт возможность:

- Активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет.
- Эффективно осуществлять поиск и переработку информации.
- Пользоваться почтовыми услугами Интернета.
- Поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.

В своей работе стараюсь, чтобы применяемые мной формы, методы и педагогические технологии соответствовали интересам и потребностям обучающихся. В результате, учебная программа в последующие годы обучения становится богаче и насыщеннее по содержанию. Это отражается и в учебном процессе, и в концертном репертуаре коллектива, что способствует достижению высоких творческих результатов.

Использование современных образовательных технологий

Примечание: Отмечены знаком « ++» технологии, использованные в полном объёме, знаком «+» –использование элементов технологии.

Наименование технологии	Использование
Развивающее обучение	++
Проблемное обучение	++
Разноуровневое обучение	++
Коллективная система обучения (КСО)	++
Технология решения изобретательных задач (ТРИЗ)	++
Проектные методы обучения	++
«Дебаты»	++

Дискуссия	++
Диалог	++
Модульное и блочно – модульное обучение	++
Развитие «критического мышления»	++
Здоровьесберегающие технологии	++
Система инновационной оценки «Портфолио»	+ –
Технология дистанционного обучения	+ –
Другие (перечислить) – игровое обучение	++

Взаимосвязь традиционных и инновационных методов в работе с хореографическим коллективом

Хочется надеяться, что совместными усилиями представителей всех уровней художественного образования в сфере культуры инновационный опыт, накопленный педагогами, будет успешно изучен, обобщён, эффективно внедрён в образовательную практику и станет импульсом для новых творческих и педагогических проектов.

Занятия с применением элементов ТРИЗ снимают чувство скованности, помогают преодолевать застенчивость, благодаря этому у учащихся постепенно развивается фантазия, логика мышления, воображение. ТРИЗ даёт возможность проявить свою индивидуальность, учит детей нестандартно мыслить, развивает такие нравственные качества, как умение радоваться успехам других, желание помочь, стремление найти выход из затруднительного положения. Опыт работы с применением элементов ТРИЗ подтверждает постулат: **ТРИЗ – знания без перегрузок.**
В основе всех моделей технологий лежит «технология успешного обучения», что составляет сущность обучения в системе дополнительного образования детей. Идея технологий – формирование удачливого человека, которому всё в жизни удаётся, со всем он может справиться, добиться поставленной цели.

Образовательная технология	Разделы программы, в которых используется	Подтверждение эффективности использования (результаты работы, отзывы внешних экспертов, наличие сертификатов и др.)
➢ технология развивающего обучения; ➢ технология здоровьесберегающего обучения; ➢ технология игрового обучения.	**Ритмика**	Учитывая психологию детей данного возраста и беря во внимание то, что ***ведущей деятельностью*** в этот период ***является игра***, многие занятия я выстраиваю в форме танцевальных и музыкальных игр. ***Игра становится*** органичным компонентом занятия, ***средством намеченной педагогом цели***.
➢ технология развивающего обучения;	**Танцевальная азбука:**	***Технология развивающего обучения*** позволяет идти от

➢ технология здоровьесберегающего обучения; ➢ технология игрового обучения; ➢ технология проблемного обучения; ➢ технология разноуровневого обучения; ➢ технология обучения в сотрудничестве; ➢ технология решения изобретательных задач (ТРИЗ); ➢ технология модульного и блочно – модульного обучения; ➢ технология развития «критического мышления»; ➢ информационные технологии.	1. классический танец; 2. народно – сценический танец; 3. историко – бытовой танец; 4. детские танцы; элементы джазового танца и современных танцевальных стилей.	простого к сложному, последовательно и систематично. ***Технология здоровьесберегающего обучения*** позволяет решать задачи организации работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья, формирует у детей устойчивое понимание, что занятия хореографией – способ поддержания здоровья, развития тела. С помощью ***информационной технологии*** используется методика обучающих видео – программ (видео – пособие «Азбука классической хореографии» и др.). Систематическое использование информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами обучения значительно повышает эффективность обучения хореографии.
➢ технология развивающего обучения; ➢ технология здоровьесберегающего обучения; ➢ технология игрового обучения.	**Движения, рисунки их сочетания и игровое начало**	Применяя данные технологии, мною разработан комплекс упражнений в игровой форме, который помогает удержать интерес воспитанников, и включает их в активную работу.
➢ технология развивающего обучения; ➢ технология здоровьесберегающего обучения; ➢ технология игрового обучения.	**Партерные упражнения и трюки**	С помощью ***технологии игрового обучения*** традиционные упражнения партерной гимнастики приобретают одушевлённые формы в виде животных, растений, явлений природы, предметов, что помогает их сделать понятнее, интереснее, а также развивает детское воображение и эмоциональность, закладывает истоки творчества.

➢ технология развивающего обучения; ➢ технология здоровьесберегающего обучения; ➢ технология игрового обучения; ➢ технология проблемного обучения; ➢ технология разноуровневого обучения; ➢ технология обучения в сотрудничестве; ➢ технология решения изобретательных задач (ТРИЗ); ➢ технология коллективной системы обучения (КСО); ➢ технология проектного обучения; ➢ технология развития «критического мышления»; ➢ информационные технологии.	**Танцевальные этюды и танцы**	***Занятия с применением элементов ТРИЗ*** снимают чувство скованности, помогают преодолевать застенчивость, благодаря этому у учащихся постепенно развивается фантазия, логика мышления, воображение. ***Технология информационного обучения*** кроме традиционных форм и методов проведения занятий, позволяет использовать при обучении такие методы, как: ✓ методика работы с Интернет – технологиями (путешествие по сети Интернет, посещение танцевальных сайтов, поиск специальной литературы и необходимой информации по хореографии); ✓ методика использования метода проектов на занятиях хореографии с применением средств Microsoft Office (создание банка данных, электронных таблиц).
➢ технология развивающего обучения; ➢ технология разноуровневого обучения; ➢ технология обучения в сотрудничестве; ➢ технология модульного и блочно – модульного обучения; ➢ технология дискуссии; ➢ технология диалога; ➢ технология коллективной системы обучения (КСО); ➢ технология проектного обучения; ➢ информационные технологии.	**История хореографического искусства**	***Технология информационного обучения*** позволяет использовать при изучении «Истории хореографического искусства» такие методы, как: ✓ методика использования творческих заданий с применением средств Microsoft Office (создание рекламных проспектов, буклетов, фото – коллажа и т. д.); ✓ методика организации компьютерного практикума (интерактивные игры, составление кроссвордов, тестовые задания). Многообразны и формы организации учебных занятий: беседа, практическое занятие, самостоятельная работа, компьютерные

<table>
<tr><td></td><td></td><td>практикумы, творческие задания, проекты, интерактивные игры и т. д.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">➢ технология развивающего обучения;
➢ технология разноуровневого обучения;
➢ технология обучения в сотрудничестве;
➢ технология дискуссии;
➢ технология диалога;
➢ технология коллективной системы обучения (КСО);
➢ технология проектного обучения;
➢ информационные технологии.</td><td>Организационная работа</td><td rowspan="3">С применением <u>проектной технологии</u> совместно с воспитанниками были созданы и реализованы следующие творческие проекты:
✓«День матери» (досуговое мероприятие для мам воспитанников): ребята украшали зал, готовили конкурсы и творческие задания, делали рисунки и писали сочинения про мам, готовили призы и подарки, составляли музыкальную программу вечера.
✓«Рождественские посиделки» (досуговое мероприятие для воспитанников ансамбля «Искорка»): ребята готовили конкурсы и творческие задания для команд, составляли музыкальную программу для дискотеки.
✓«Давайте познакомимся» (досуговое мероприятие для детей и родителей подготовительных групп ансамбля «Искорка»): воспитанники ансамбля готовили творческий танцевальный номер для выступления «Репка
✓«Подарок маме» (праздничный концерт к 8 Марта): ребята украшали зал, составляли программу концерта и были её ведущими, придумывали сценарий, совместно с родителями готовили концертные костюмы.</td></tr>
<tr><td>Воспитательная работа</td></tr>
<tr><td>Массовые мероприятия</td></tr>
</table>

Использование электронных образовательных ресурсов / цифрового интерактивного оборудования (ЭОР / ЦИО) в образовательной деятельности

Современный мир развивается очень быстро и этот процесс невозможно игнорировать. Современные технологии, интернет уже вошли в нашу

повседневную жизнь. Особенно на это откликаются дети. Быть современным педагогом сейчас невозможно без знания инновационных методов работы, без знания компьютера, отрицая прогрессивные методики и прогресс в целом. Свою работу я уже не представляю без компьютера и интернета. Неограниченные возможности открывают педагогам электронные образовательные ресурсы. На любой свой вопрос я, в первую очередь, ищу ответ в интернете.

Компьютер помогает мне в работе:

- составить базу персональных данных об учащихся, написать методическую работу, подготовить таблицы успеваемости, мониторингов, анкеты, отчёты о работе и др.;
- найти идеи для сценических костюмов, подобрать музыку для хореографического номера, игры для занятий и т.д.;
- накапливать и хранить музыкальные файлы; менять темп, звуковысотность музыкального произведения, производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
- знакомить учащихся с различными танцевальными направлениями, с профессиональными хореографическими ансамблями, с православными традициями, применяя просмотр интернет видео на уроке;
- сравнивать различные методики преподавания хореографических дисциплин,
- поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение, обмениваясь опытом в социальной сети работников дополнительного образования на сайте **nsportal.ru**;
- хранить фото – и видеоматериалы коллектива, проводить анализ собственного творчества, просматривая концертные выступления;
- участвовать в интернет – конкурсах.

Компьютер даёт мне возможность:

- активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет;
- эффективно осуществлять поиск и переработку информации;
- пользоваться почтовыми услугами Интернета.

Так же активно развивается педагогика. Появляются инновационные технологии в образовании, позволяющие реализовывать познавательную и творческую активность учащихся в учебном процессе, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время.

Информационно – коммуникационные технологии.

Изменение и неограниченное обогащение содержания образования, использование интегрированных курсов, доступ в ИНТЕРНЕТ.

В работе с хореографическими коллективами наряду с традиционными формами и методами проведения занятий, я использую такие методы, как:

- методика работы с Интернет – технологиями (путешествие по сети Интернет, посещение танцевальных сайтов, поиск специальной литературы и необходимой информации по хореографии);
- использование метода проектов на занятиях хореографии с применением средств Microsoft Office (создание банка данных, электронных таблиц);

- методика использования творческих заданий на занятиях по хореографии с применением средств Microsoft Office (создание фото – коллажей, видео концертов с участием ансамблей «Искорка» и т. д.);
- методика использования обучающих видео – программ (видео – пособие «Партерная гимнастика» и др.).

Формы организации учебных занятий: беседа, практическое занятие, самостоятельная работа, компьютерные практикумы, творческие задания, проекты, и т. д.

При условии систематического использования информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии.

Перечень электронных образовательных ресурсов к разделам программы:

• www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.

Сайт содержит следующие рубрики:

- Танцевальные игры.
- Техника танца.
- Библиотека:

✓ книги по хореографии;
✓ ноты;
✓ программы, планы.

- Видеопомощь.
- Музыка:

✓ бальный танец;
✓ детский танец;
✓ классика;
✓ музыка для экзерсиса;
✓ народный танец;
✓ ритмика для детей;
✓ танцевальная аэробика.

• http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.

• http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.

• http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

В разделе по хореографии собраны следующие материалы:

Методика.

- Танцевальные этюды.
- Конспекты занятий.
- Видео детских танцев.
- Танцевальные игры.
- Танцевальные упражнения.
- Музыка для танцев.
- Книги по хореографии и детским танцам.
- Много полезного материала по хореографии.
- Обучающее видео по танцам.

•http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html.

Каталог по хореографии по следующим рубрикам:

- Бальный танец (118) INCLUDEPICTURE "http://st.list.mail.ru/new_new.gif" *

MERGEFORMATINET

- Детское хореографическое творчество (20).
- Известные танцоры и хореографы (18).
- Каталоги и справочники по хореографии (47).
- Классический балет (71).
- Модерн-балет (32).
- Народный танец и фольклор (81).
- Спортивные танцы (148).
- Статьи по хореографии (16).
- Хореографические творческие объединения (9).
- Эстрадный и массовый танец (99).
- Восточный танец @ (37).

•http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/1-1-0-3. Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры. Комплект плакатов. Разработано оно для наглядного оформления кабинета ритмики и хореографии, так же его можно использовать как дидактический и раздаточный материал для проведения занятий, открытых уроков и т.п.

Разделы программы	Наименование ЭОР / ЦИО (лицензионные)	Подтверждение эффективности использования
Ритмика	➢ www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам. ➢ http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне подобрать музыку для хореографического номера, игры, для занятий и т.д.
Танцевальная азбука: ▪ классический танец; ▪ народно – сценический танец; ▪ историко – бытовой танец; ▪ детские танцы; ▪ элементы джазового танца и современных	➢ www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам. ➢ http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138. ➢ http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html. ➢ MERGEFORMATINET	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне знакомить учащихся с различными танцевальными направлениями, с хореографическими ансамблями.

танцевальных стилей.		
Движения, рисунки их сочетания и игровое начало	➢ http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне подобрать музыку для хореографического номера, игры, для занятий и т.д.
Партерные упражнения и трюки	➢ www.horeograf.com. ➢ http://sportschools.ru. Каталог спортивных организаций. ➢ http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу». ➢ http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне подобрать музыку и комплексы упражнений для уроков партерной гимнастики.
Танцевальные этюды и танцы	➢ http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне подобрать музыку для хореографического номера, игры, для занятий и т.д.
История хореографического искусства	➢ http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/1-1-0-3. Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры. Комплект плакатов. Разработано оно для наглядного оформления кабинета ритмики и хореографии, так же его можно использовать как дидактический и раздаточный материал для проведения занятий, открытых	С применением электронно – образовательных ресурсов и ИКТ – технологий уроки становятся более интересными. Образовательная деятельность приобретает принципиально новые формы.

	уроков и т.п.	
Методическое обеспечение образовательной программы	➢ http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. ➢ Методические и дидактические разработки по хореографии. ➢ http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.	Использование электронных образовательных ресурсов позволяет мне сравнивать различные методики преподавания хореографических дисциплин.

Оценочные материалы

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Оценке и контролю результатов обучения подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъём стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъёма (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперёд при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и лёгкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

- Музыкально – ритмическая координация.
  Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актёрского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

От этапа к этапу спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований корректируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Модель выпускника хореографического коллектива:

- Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
- Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
- Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
- Стремится к творческой самореализации.
- Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
- Имеет сформированный образ «Я».
- Развиты коммуникативные способности.
- Развит танцевальный, художественный вкус.

Материально – техническое обеспечение

Условия реализации программы

Наличие учебного, научно – методического, диагностического, дидактического материала, соблюдение правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.

Для успешной реализации программы необходим танцевальный зал.

Помещение для занятий танцем должно быть просторным, хорошо проветренным и освещённым. Для занятий необходимо специальное оснащение. В Доме творчества должен быть один большой зал и один малый зал для занятий танцем, не менее двух раздевалок, для учеников и учениц; ванная комната с душем и умывальником.

В раздевалке вдоль стен должны быть расставлены скамьи или стулья, количество вешалок должно соответствовать числу учеников на стенах расположены зеркала.

Зал для занятий – это одно из важнейших помещений, он должен быть достаточно большим, его площадь должна быть как минимум 15 на 20 метров, в зале должны быть большие окна, чтобы через них поступало много света и воздуха.

В светлом, просторном, красиво оформленном зале ученикам приятнее заниматься, легче переносить физические нагрузки, занятия в таких помещениях дают большую пользу, кроме того, приносят радость и удовлетворение.
Пол в зале должен быть дощатым, желательно, чтобы он имитировал сцену в театре, которая имеет наклон 3,5 – 4%, тогда ученики привыкают с самого начала двигаться по наклонной плоскости, чтобы удерживать равновесие на ней, танцовщикам приходится напрягать и разрабатывать мышцы.
Максимальная температура в зале должна составлять не более 14 градусов.
Кроме того, зал должен быть оснащён специальным оборудованием для занятий танцем: на трёх стенах должны быть расположены горизонтально и параллельно друг другу два ряда деревянных палок (станок), круглых в разрезе, они должны отходить на определённое расстояние от стен и быть прикреплены на специальных держателях. Одна палка должна иметь в диаметре 3 м, она фиксируется на высоте 80 см от пола и отходит на 8 см. На эту палку во время занятий опираются ученицы младших классов. Вторая имеет в диаметре 4 – 4,5 см, она фиксируется на расстоянии 93 см над уровнем пола и отходит от стены на 10 – 12 м, на неё опираются ученицы старших классов.
Напротив должно быть зеркало во всю стену. Это не только желательно, но и крайне необходимо, поскольку даёт возможность ученикам, глядя на себя со стороны, лучше понимать замечания и рекомендации своего преподавателя, наблюдая за собой в зеркало, танцовщицы могут правильно отработать все позиции и движения.
На одной из стен должны быть часы. Они необходимы, прежде всего, для того, чтобы педагог мог регулировать длительность исполнения экзерсиса, а также знал, когда заканчивается урок.
Пианино просто необходимо в качестве инструмента для музыкального и ритмического сопровождения занятий.
Кроме того, должен быть расписан график занятий в зале на целый день. Пол в зале надо периодически сбрызгивать, чтобы избежать скольжения, для этого нужна специальная лейка. В специальном ящичке должна быть канифоль, измельчённая в пыль: ею ученики натирают ступни ног для того, чтобы они лучше прилегали к обуви. В противном случае можно поскользнуться.
В качестве дидактического материала можно развесить на стенах картинки с изображениями поз и движений классического танца.

Технические средства обучения:
- Магнитофон
- Видеомагнитофон
- Телевизор

Костюмы и тренировочная форма:
- Девочки – гимнастический купальник, трико, юбка, балетные туфли, джазовки, народные туфли.
- Мальчики – чёрные брюки народного характера, белая футболка, балетные туфли, джазовки, народные сапоги.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Программы:

1. Программа воспитания и обучения в детском саду./ 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 с дошкольниками: 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.
4. Программа «Хореографический кружок».- В сб.: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки.- М.: Просвещение, 1981. с. 171-199.
5. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета».- В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011, с. 7-39.

Специализированная литература:

1. Азбука хореографии. Т. Барышникова. - М.: Издательство «Владос», 2004г.

2. Акробатика. В. П. Коркин. - М.: Издательство «Мир книги», 2000г.

3. Балет. Уроки. Пер. с англ. С. Ю. Бардиной. - М.: Издательство «Астрель», 2007г.

4. 100 уроков классического танца. В. Костровицкая. - С.-П.: Издательство «Лань», 2005г.

5. Классический танец. Н. Тарасов. - С.-П.: Издательство «Искусство», 2002г.

6. Классический танец. Л. Ярмолович. - С.-П.: Издательство «Музыка», 2002г.

7. Народный танец. Т. С. Ткаченко.

8. Основы классического танца. А. Я. Ваганова. - С.-П.: Издательство «Лань», 2002г.

9. Основы русского народного танца. А. А. Климов. - С.-П.: Издательство «Искусство», 2001г.

10. Основы характерного танца. А. В. Лопухов. А. В. Ширяев. А. И. Бочаров. - С.-П.: Издательство «Искусство», 2000г.

11. Пластика. Ритмика. Т. Лисицкая. - М.: Издательство «Мир книги», 2003г.

12. Полный учебник классического танца. Грациозо Чеккетти. Пер. с итал. Е. Лысовой. - М.: Издательство «Астрель», 2007г.

13. Ритмическая мозаика. А. И. Буренина. - М.: Издательство «Владос», 2005г.

14. Секрет танца. Т. Васильева. - М.: Издательство «Владос», 2000г

15. Танцы. Начальный курс. Люси Смит. Пер. с англ. Е. Опрышко. - М.: Издательство «Астрель», 2001г.

16. Уроки танца. Пол Боттомер. Пер. с англ. К. Молькова. - М.: Издательство «Эксмо», 2003г.

17. Учите детей танцевать. Т. В. Пуртова. А. Н. Беликова. О. В. Кветная. - М.: Издательство «Владос», 2004г.

Интернет-ресурсы:

1. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
2. Материал из Википедии — свободной энциклопедии- http://ru.wikipedia.org
3. Каталог спортивных организаций http://sportschools.ru

4. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.

5. http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.

6. http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
7. http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

8. http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html. http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/1-1-0-3. Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры

Электронные образовательные площадки:

1. Платформа Zoom https://zoom.us/.
2. Платформа Cisco Webex https://www.webex.com/.
3. Платформа «Открытое образование» (https://openedu.ru/).
4. Microsoft Teams https://vk.cc/arPMTs.
5. Сервисы Google https://vk.cc/8BLbIY.
6. YouTube.
7. GoogleHangoutsMeet https://vk.cc/arPN0W.
8. Сервисы Яндекс (лучше дома) https://yandex.ru/doma#education.
- https://vk.cc/arPNya.

9. В Контакте (организация обучения в группе «Вконтакте») https://vk.com/@edu-for-distant.
10. Видеоплатформа TED:
- лекции TED Talks (https://www.ted.com/talks);
- образовательное направление TED Ed (https://ed.ted.com/).

11. Фоксфорд – центр онлайн-обучения (http://www.100ege.ru).
12. Онлайн-платформа «Мои достижения» (https://myskills.ru/).
13. Портал «Билет в будущее» (https://site.bilet.worldskills.ru).
14. Волонтеры Победы https://волонтёрыпобеды.рф/news/id/1282).

Приложение №1

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ, НА ОСНОВЕ КОТОРЫХ РАЗРАБОТАНА ПРОГРАММА «ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ИСКОРКА»

Программа «Хореографический ансамбль «ИСКОРКА» предназначена для воспитанников дошкольных образовательных учреждений и учреждений дополнительного образования детей. Программа адресована учащимся, не имеющим начальной хореографической подготовки.

Программа разработана на основе:

6. Программа воспитания и обучения в детском саду./ 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.
7. Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие с страну «Хореография»».- В кн.: Фольклор. Музыка. Театр. – театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Програм.-метод. пособие / Под ред. С И . Мерзляковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, с. 104-119. – (Воспитание и доп. образование детей).
8. 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.
9. Программа «Хореографический кружок».- В сб.: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки. – М.: Просвещение, 1981. с. 171-199.
10. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета». – В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011, с. 7-39.

Приложение №2

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА УРОКАХ ХОРЕОГРАФИИ

(инструктаж по технике безопасности проводится ежемесячно)

Условия работы и техника безопасности. Одно из важнейших требований соблюдения правил охраны труда детей, норм санитарной гигиены в помещении и правил пожарной безопасности. Руководитель обязан постоянно знакомить детей с правилами по ТБ при работе с гимнастическими предметами (скакалки, обручи, мячи), с ковриками, заботиться о чистоте в танцевальном зале, следить за внешним видом одежды и формой одежды для занятий, соответственно требованиям:

- не разрешается школьникам самостоятельно включать и выключать электроприборы,
- в случае загорания электропроводки необходимо отключить электроустройства,
- обязательная влажная уборка в кабинете после занятий,
- категорически запрещается сидеть, висеть на хореографическом станке,
- при выполнении упражнений запрещается подходить близко к зеркалам,

- пол кабинета должен быть деревянным без щелей, иметь ровную нескользкую поверхность,
- в кабинете хореографии обязательно должна быть аптечка с набором медикаментов,
- приборы отопления должны быть закреплены сетками или щитами,
- вентиляция и отопление должны обеспечивать воздухообмен,
- не оставлять включенные электроприборы без надзора,
- перед занятием хореографии обязательно снимать серьги, браслеты, кольца
- для занятия обязательно должна быть специальная форма одежды.

Приложение №3

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ МЕТОДИКИ В ХОРЕОГРАФИИ

В дополнение к своей образовательной программе я разработала правила для себя и своего коллектива, конечно, опираясь на материалы таких профессионалов, как Никитин В.Ю, А. Долженков, Ермолаев О.Ю.

Исходя из собственного опыта, хочу дать совет всем педагогам — берегите себя! Когда я научилась это делать, тогда и к здоровью детей стала относиться более бережно.

А для тех, у кого проблемы с позвоночником, советую строго соблюдать правила для позвоночника, и на каждом занятии делать Roll down (спиральный наклон вниз – вперёд, начиная от головы) и зависать на несколько минут, полностью расслабляя весь позвоночник, включая шею. Надеюсь, что каждый найдёт для себя что-нибудь полезное.

Здоровьесберегающие правила методики преподавания в хореографии

Общие правила

1. Необходимо выбирать упражнения, соответствующие степени подготовленности и физическому развитию детей.
2. Обязательно соблюдать методику выполнения и чётко объяснять суть упражнения.
3. При выполнении травмоопасных упражнений должна быть соблюдена полноценная страховка.
4. Для занятий необходима хорошая подготовка специальной одежды, обуви и снятие всех элементов бижутерии;
5. Следует следить за исправностью оборудования, необходимых для занятий.
6. Во время занятий необходимо пить достаточно воды.
7. Во время занятий необходимо регулировать физическую нагрузку, чередуя напряжение и расслабление психомышечной системы.

Правила для суставов

1. Не сгибать и не разгибать суставы слишком сильно.
2. Не приседать и не вставать слишком резко.

Правила для позвоночника

1. Необходимо незамедлительно избавляться от первых появившихся неприятных ощущений в области позвоночника. Поменять позу, совершить легкое движение утомившейся частью тела, походить, растянуть «зазвучавшие» мышцы, отдохнуть лёжа.

2. Глубокие наклоны полезны, а полунаклоны вредны. Это касается как шейного отдела, так и поясничного. Иначе: глубокие наклоны лечат, а полунаклоны калечат! Если человек наклонится вперёд так, чтобы кончиками пальцев рук суметь достать до пола, сила, сдавливающая поясничные диски, становится гораздо меньше, чем если бы он стоял в положении, соответствующем правильной осанке.
Это удивительное обстоятельство объясняется тем, что в положении глубокого наклона мышцы, удерживающие корпус в вертикальном положении или близком к тому, выключаются из работы. Туловище как бы зависает на растянутых мышцах и связках, что не ведёт к какому-либо существенному приросту внутридискового давления: коль мышцы не сокращены, а растянуты, они не стягивают между собой смежные позвонки.

3. Необходимо избегать однообразных движений (особенно в полунаклоне вперёд), а также резких толчков и длительной нагрузки на позвоночник. Однотипные движения в позвоночнике ведут к утрате гибкости и отложению солей. Одни мышцы хронически перегружены и начинают уставать, передавая эту усталость на органы и костные ткани. В итоге происходит сжатие одного сегмента позвоночного столба и, как следствие, проблемы со здоровьем.
При утомлении мышц какого-либо участка позвоночника, а, следовательно, уменьшении их мощности автоматически увеличивается нагрузка на остальные опоронесущие элементы этого участка позвоночного столба (напомним, плохо восстанавливающиеся элементы), что повышает риск их необратимого повреждения. Например, попытка совершить обычный для иного случая энергичный разворот туловища переутомленными мышцами грозит превратить действие в неподготовленное. В результате развившаяся мощность мышц, сдерживающих инерцию разворота, может оказаться опасно недостаточной.
4. При выполнении мостика не следует выпрямлять колени. В этом случае основная нагрузка переносится на поясничную область позвоночника и может произойти смещение позвонков.

Правила стретчинга

1. Никогда не растягиваться без предварительного разогрева. Это означает, что каждое занятие стретчингом необходимо начинать с 10 – 15 минутного комплекса упражнений, которые позволят привести двигательный аппарат в «рабочее» состоянии. В разогреве необходимы следующие упражнения: упражнения для разогрева голеностопа, коленного и тазобедренного суставов, для этого может быть использованы упражнения, заимствованные из классического или джаз – модерн танца; упражнения для разогрева отдельных мышц ног. Это

может быть статическое напряжение икроножной, четырёхглавой, внутренних паховых и других мышц ног; общеразогревающие аэробные упражнения. Это могут быть различные варианты бега, подскоков, небольших прыжков.

2. Лучше тянуться меньше, чем слишком сильно. В растягиваемых мышцах должно возникать лишь лёгкое напряжение. Если мышца перенапряжена, может возникнуть обратный эффект: вместо того, чтобы расслабиться, она рефлекторно сократится.

3. Растягивать следует только расслабленные мышцы. Это правило подразумевает, что при растягивании все мышцы должны быть расслаблены. Если при растяжении мышцы напрягаются и они вибрируют (ногу трясёт), то растяжение необходимо ослабить.

4. Каждую позу растягивания необходимо держать в течение 30 – 60 секунд, в любом случае так долго, чтобы исчезло даже лёгкое напряжение. Если этого не происходит, значит растяжение было слишком сильным, и его надо ослабить, чтобы добиться требуемого ощущения.

5. Дышать следует медленно, глубоко и ровно, нельзя задерживать дыхание. Каждое новое растягивание следует начинать с вдоха. Лишь при наклонах всегда нужно сначала выдохнуть.

6. Во время растягивания необходимо сохранять устойчивое положение, нельзя растягиваться в неустойчивых позах, иначе мышцы напрягутся, в таком состоянии они неэластичны. Если растяжение недостаточное, то следует продолжить движение и увеличить растяжение.

7. Нельзя допускать резких движений во время стретчинга. При резкой растяжке мышцы рефлекторно и с адекватным усилием работают в обратном направлении – «на разрыв». Стретчинг признает только очень медленные, плавные движения и постепенную адаптацию к степени растяжки.

8. Минимальное удержание мышцы в растяжке – 20 дыхательных циклов (вдох — выдох).

9. После работы над одной мышцей или группой мышц, следующим обязательно должно быть упражнение, задействующее мышцы – антагонисты, нагрузка распределяется поочерёдно на противоположные мышцы и связки.

Правила дыхания при стретчинге

1. Вдох выполняется через нос, выдох – через рот.

2. Наиболее рационально использовать глубокое диафрагмальное дыхание, а не короткое грудное. То есть вдох необходимо направлять в живот, в диафрагму, а уже затем в грудь.

3. Выдох должен быть спокойным и до полного освобождения лёгких.

4. Необходимо стараться координировать движение и дыхание. Например, наклон лучше выполнять при выдохе, а подъём на вдохе.

Основные правила пилатеса

1. Необходимо принять правильное положение, чтобы выполнять все движения правильно, и чтобы по неосторожности не навредить своему организму. При выполнении большинства движений плечи должны быть опущены, а лопатки мягко тянуться друг к другу, с раскрытой грудной клеткой гораздо легче правильно дышать. Во время выполнения движений очень важно держать голову прямо, не прижимать подбородок к груди, и не запрокидывать голову назад. Нельзя вертеть головой по сторонам, а смотреть перед собой.

2. Всё время необходимо стараться вытянуть позвоночник от копчика до макушки. Это позволит увеличить расстояние между позвоночными дисками, и соответственно увеличить гибкость и подвижность позвоночника.

3. Очень важно соблюдать правильное дыхание. Нужно стараться дышать грудью, как можно шире раскрывая рёбра при вдохе, и сокращая мышцы пресса при выдохе. Необходимо научиться вдыхать воздух в спину, в область малых рёбер. Воздух не должен расширять переднюю часть грудной клетки и надувать живот, вместо этого нужно сконцентрировать внимание на заполнение нижней части лёгких. Пресс должен находиться в постоянном напряжении.

Приложение №4

ВОЗРАСТНЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ПРИ ЗАНЯТИИ ХОРЕОГРАФИЕЙ

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные – устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребёнку и отличающие его от других.

Принято считать:
от рождения до года – младенческий возраст,
от года до 3-х лет – преддошкольный возраст,
от 3-х до 6-ти лет – дошкольный возраст,
от 6-ти до 12-ти лет – младший школьный возраст,
от 12-ти до 15-ти лет – средний школьный возраст (подростковый),
от 15-ти до 17-ти лет – старший школьный возраст (юношеский).

К 5-6-летнему возрасту дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребёнка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, весёлое

настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Большое место в этом возрасте занимает игра – это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Учитывая все анатомо-физиологические способности данного возраста нужно строить занятия хореографического коллектива.

7-11 лет (1-3 класс) – в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов – возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать всё самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста – быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограниченно и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно – мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идёт медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объём учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В классах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно – образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

11-14 лет (4-8 класс) – в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребёнок быстро растёт (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечнососудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.
Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности – оно исходит из желания быть и считаться взрослым.
Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. «Пусть ваш воспитанник будет ершистым, непокорным, своевольным – это несравненно лучше, чем безмолвная покорность, безволие. Безволие, никчёмность – родная сестра подлости». Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Для этого возраста занятия могут проводиться 3 раза в неделю, продолжительностью до 1,5 часа. Происходит изучение более сложных движений, комбинаций, осуществляются более объёмные постановочные работы.

15-17 лет (9-11 классы) – в физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встаёт проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой. Педагог может наиболее способным доверять проведение занятий в младших классах.
Для успешной работы педагог – руководитель должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

Приложение №5

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Новизна образовательной программы «Хореографический ансамбль «ИСКОРКА» заключается в комплексном использовании трёх методов: **метода музыкального движения, метода хореокоррекции и методики партерного экзерсиса.** Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей старшего дошкольного возраста, младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Метод обучения – это совокупность приёмов и способов организации познавательной деятельности учащегося, развитие его умственных сил, обучающего взаимодействия педагога и учащихся, учащихся между собой, с природной и общественной средой. Метод обучения реализуется в единстве познавательной деятельности педагога и обучаемых, уяснении учащимися знаний, овладении умениями и навыками. Приём, конкретный способ представляет собой часть, элемент метода.

Образовательная программа дополнительного образования детей **Хореографический ансамбль «ИСКОРКА»** даёт возможность раскрыть методику ознакомления дошкольников и школьников с основами хореографии, вводит в большой и удивительный мир хореографического искусства, поможет учащимся влиться в громадный мир музыки и попытаться проявить себя посредством пластики и движения. Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Методы, используемые педагогом для реализации ОП ДОД «Хореографический ансамбль «ИСКОРКА»:

Метод музыкального движения (Метод Айседоры Дункан) применяется, в основном, на начальной стадии усвоения программы, когда дети знакомятся с музыкой, ритмом и, опираясь на свои внутренние эмоциональные ощущения, возникшие при прослушивании музыки, пытаются выразить свое настроение свободными танцевальными движениями.

Музыкальное движение – это метод музыкального воспитания, личностного развития и обучения свободному танцу. Он одинаково пригоден как для детей, так и для взрослых (метод адаптирован для разных возрастных групп) и рассчитан, главным образом, на здоровых людей, хотя есть успешные попытки применить его элементы в работе с проблемными детьми, например, страдающими аутизмом. Занятия проходят в группах, всегда под живую музыку (инструментальную или вокальную). В качестве музыкального материала используются специально подобранные фрагменты классических произведений и народных песен (музыка может быть разной, но исторически метод был разработан именно на таком музыкальном материале).

От занимающегося требуется двигаться только вместе с музыкой: начинать движение с её началом и заканчивать точно с окончанием. Движение должно отражать характер музыкального фрагмента – контрастность, текучесть, порывистость и т.д., – иначе говоря, занимающийся должен найти в музыке угадывающееся там движение. Как показывает практика, почти никто из новичков это сделать не может; для обучения способности «двигаться в музыке» создатели метода разработали специальный тренаж: отобраны такие музыкальные фрагменты, в которых двигательный характер музыки проявляется особенно явно, и найдена пластическая форма, точно отражающая все особенности данного музыкального произведения.

Правильное выполнение упражнения заключается не в копировании двигательной формы, а в её воссоздании, для чего занимающийся должен услышать, прочувствовать и присвоить – «взять внутрь» – музыкальное произведение со всеми его особенностями. Только тогда пластический жест занимающегося совпадет с музыкальной интонацией произведения и отольется в эстетически совершенную и эмоционально убедительную музыкально-двигательную форму. Задача эмоционального выслушивания музыки и перевода её в движения собственного тела служит импульсом для развития музыкальности и личностного роста.

Упражнения тренажа разделены по уровню сложности на три группы – от таких, в которых связь музыки с движением лежит на поверхности, до тех, где она не очевидна. Поднимаясь с одного уровня на другой, занимающийся в одно и то же время осваивает содержание всё более сложных музыкальных фрагментов и овладевает более сложными движениями. Важной частью метода являются самостоятельные работы занимающихся – их собственная пластическая интерпретация предлагаемых музыкальных произведений. В созданной Гептахором пластике подчёркиваются центральные характеристики музыки – дыхательность, текучесть, пружинность. Метод, первоначально созданный как часть музыкального воспитания, используется также в танцевальных практиках, в особенности для обучения двигательной импровизации и свободному, или пластическому танцу.

Метод хореокоррекции – это метод, позволяющий проводить коррекцию фигуры с помощью физических упражнений, при которых тело приобретает

правильную и красивую форму, становится подтянутым. Происходит формирование осанки, профилактика плоскостопия.

Коррекция фигуры сопровождается снижением избыточного веса, а также поднятием жизненного тонуса, хорошим настроением ребёнка. Все это достигается, благодаря объединенной музыкально – хореографической методике, в весёлой, доброжелательной атмосфере, с опытными педагогами.

Педагог подбирает специальную систему упражнений для каждого ребёнка с учётом его индивидуальных особенностей и состояния здоровья, опираясь на данные медицинских обследований.

Методика партерного экзерсиса – упражнения на полу

Методика используется с целью помочь формированию скелетно-мышечного аппарата ребёнка, формированию осанки. Пока ребенку ещё трудно координировать движения своего тела, включать в работу различные группы мышц, занятия в положении сидя и лёжа облегчают ему эти задачи. Партерный экзерсис позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу три цели:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Упражнения партерной гимнастики на первом этапе позволяют:

- приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дадут первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины и т.д.;
- начать работу по исправлению некоторых недостатков в осанке, а именно, асимметрии лопаток, увеличение прогиба в поясничном отделе позвоночника.

На втором этапе этой разработки заложено развитие двигательных функций (выворотности ног, подъёма ног, гибкости корпуса, шага, прыжка). Особенно важно в процессе обучения учитывать физическую нагрузку детей, не допускать перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений, а далее – в танце.

Выполняя эти упражнения, необходимо соблюдать следующие **правила:**

1. Главное – перед началом занятий хорошо разогреться, то есть сделать любые упражнения, пока в мышцах не появится ощущение тепла.
2. Первоначальное обучение упражнениям лучше осуществлять вне занятий, при индивидуальной работе, чтобы помочь каждому ребёнку.
3. В процессе обучения каждый ребёнок выполняет упражнение в меру своих физических возможностей, но при систематичности занятий, наглядности и поощрениях повышает свои возможности.
4. Обязательно учитывать пол ребёнка, его физиологические особенности, состояние опорно-двигательного аппарата и физическую подготовленность.
5. Упражнения на гибкость выполнять плавно, без рывков, в медленном темпе.
6. Каждое упражнение выполнять до появления лёгкой болезненности.
7. Все упражнение направлены на силовую работу различных групп мышц и обязательно должны чередоваться с упражнениями на расслабление.
8. Начинать растягиваться на «выдохе», затем дышать нормально. Заканчивать каждое упражнение «вдохом».

Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

I. Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела

Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения выполняются лёжа на спине, руки свободно лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги свободно вытянуты, пятки вместе, все мышцы тела расслаблены. Выполняя упражнения, дети должны ощутить напряжение тех или иных мышц, затем следует их полное расслабление, которое также необходимо ощутить. Дыхание свободное.

II. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья

Упражнение 1.

Повторить 6 – 8 раз.

И.П. – стоя на коленях, наклониться вперёд, предплечья на полу.

«раз-четыре» – потянуться плечами к полу.

«пять-восемь» – вернуться в И.П.

Упражнение 2.

Повторить 6 – 8 раз.

И.П. – лёжа на спине, руки вверх, кисти переплетены ладонями вверх.

«раз-два» - увести руки вправо.

«три-шесть» - зафиксировать положение.

«семь-восемь» - вернуться в И.П.

Повторить упражнение в другую сторону.

Упражнение 3.

Повторить 4 раза.

И.П. – стоя на коленях, ноги врозь, взяться за пятки изнутри.

«раз-четыре – подать таз вперёд, развернуть плечи, прогнуться.

«пять-восемь» – вернуться в И.П.

III. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов.

Упражнение 1. «Верблюд»

И.П. – стоя на коленях.

Согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ног или до пола за носками ног. Медленно перебирая руками, взяться за колени, бёдра при этом должны быть максимально выдвинуты вперёд.

Упражнение 2.

Повторить 4 – 6 раз.

И.П. – сидя на полу, колени и стопы вытянуты.

С абсолютно прямой спиной наклоняться вперёд, к ногам. Следить за тем, чтобы спина не прогибалась.

Литература:

1. Материал из Википедии – свободной энциклопедии - http://ru.wikipedia.org
2. Каталог спортивных организаций http://sportschools.ru

3. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1– о методике партерного экзерсиса – «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
4. http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.

Приложение №6

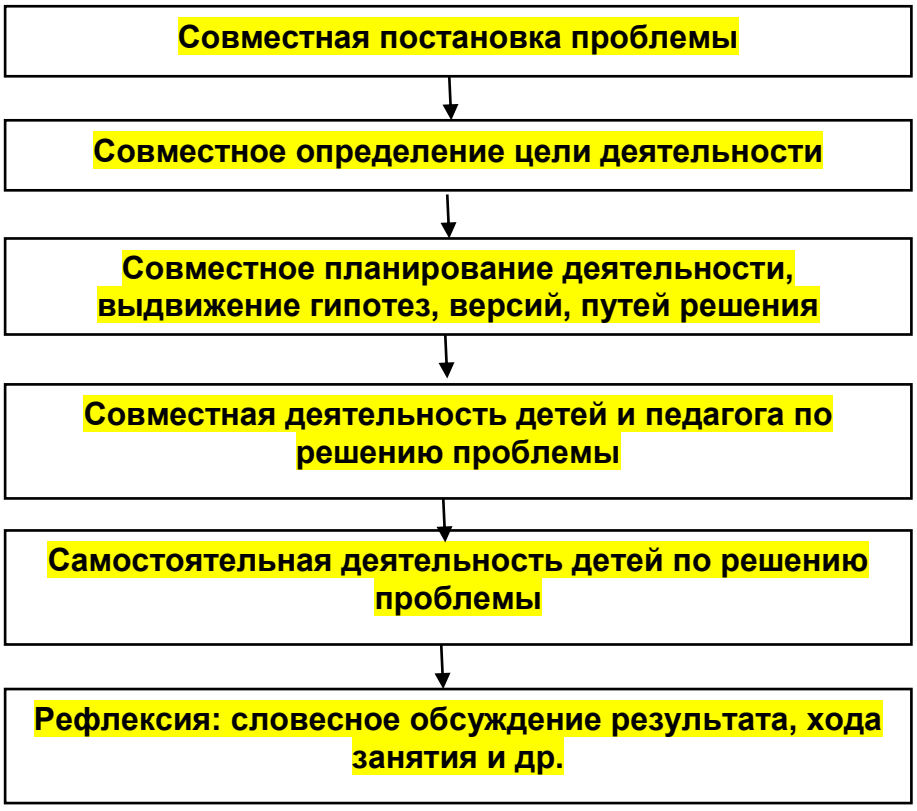
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ХОРЕОГРАФА

В своей профессиональной деятельности для организации образовательного процесса мною используются современные педагогические технологии. На мой взгляд, не достаточно иметь в арсенале педагога набор тех или иных технологий. Мастерство педагога заключается в создании технологической системы, использование которой, позволяет добиться развития способностей каждого ребёнка, не увеличивая нагрузки на самого ребёнка.

Музыкально – ритмическая деятельность очень специфична и требует осмысленного подхода в выборе используемых технологий. В течение последних нескольких лет я занималась проблемой использования современных педагогических технологий и разработала модель использования педагогических технологий на занятиях по хореографии.

Технология личностно – ориентированного взаимодействия педагога с детьми является основополагающей при организации и проведении каждого занятия. Каждое занятие по хореографии организуется на основе структуры взаимодействия взрослого и ребёнка. Такая структура позволяет использовать различные формы организации деятельности детей на занятии и разные методы не ограничивая из самостоятельность, поддерживая процесс саморазвития.

Структура взаимодействия педагога и детей в рамках занятия по хореографии



©**Синёва Наталья Владимировна**, педагог дополнительного образования

Данная структура универсальна и тем, что возможно её использование в совокупности с различными технологиями. В частности на своих занятиях я реализую **здоровьесберегающие технологии**:

Организационно – педагогические: организация занятий в соответствии с возрастными особенностями детей, предотвращение состояний переутомления, гиподинамии и др.
Для реализации данной технологии мною используются игровые методы, релаксационные паузы; сюрпризные моменты и др.
Психолого – педагогические: использование методов адекватного воздействия на детей, в соответствие с особенностями возрастного и личностного развития, создание благоприятного психологического климата.

В своей работе я использую различные методы воздействия на детей такие как: метод «опережающей гордости», метод косвенной оценки, метод обеспечения единства переживаний и действий, метод эмоциональной оценки, собственный пример (костюмированный), метод убеждения и др.
Учебно – воспитательные: создание условия для формирования осознанного отношения к здоровью, культуры и мотивации к ведению здорового образа жизни.

На своих занятиях особое внимание я уделяю красоте движения, и правильной осанке. Каждое упражнение начинается с постановки правильной позиции рук, ног и т.п. В течение занятия ведём беседу о необходимости соблюдения культуры движения, культуры поведения.
Социально – адаптивные и личностно – развивающие: создание условий для развития личности каждого ребёнка, формирования адекватной самооценки и творческих способностей.

Реализацию данной технологии обеспечивает применение следующих методов: работа в творческих группах на занятии, упражнения в малых группах (умение договариваться), приёмы направленные на создание ситуации успеха и комфортности (солист, выступление и др.), творческие задания.
Лечебно–оздоровительные: использование на занятиях методов профилактики различных заболеваний: дыхательная гимнастика, музыкально-дыхательные упражнения, сказкотерапия, коррекционные упражнения и др.

Среди используемых мной технологий – **технология проектной деятельности.** Данная технология требует от педагога высокого уровня организованности и большой подготовки, но вместе с тем она делает детей активными участниками образовательного процесса, становится инструментом саморазвития. Опыт самостоятельной деятельности, полученный ребёнком, развивает в нём уверенность в своих силах. Участвуя в проектах, ребёнок привыкает находить выход из трудной ситуации.
В рамках занятий я использую **элементы исследовательской деятельности**, такие как:

- выявление проблемы: при знакомстве с новым материалом определяем с детьми круг неизвестного «область проблемы», например какой персонаж может исполнять этот танец (или движение), каким будет костюм и т.п.;
- определяем цели и задачи исследования;

- выдвигаем предположения (гипотезы), изучаем дополнительный материал путём наблюдения, рассматривания, слушания и др.
- проводим эксперимент (например, экспериментальным путём исполняем разные движения в различных образах, пытаясь найти подходящий);
- определяем пути дальнейшего использования полученных результатов (исполняем на празднике, меняем детали костюма и др.).

Особенности условий развития современных детей диктуют педагогам и необходимость использования тех или иных технологий. К таким относится и **информационно-коммуникативная технология,** использование которой, позволяет расширить границы и возможности узко специфической деятельности.
На занятиях и в ходе развлечений я использую мультимедийные презентации, которые расширяют границы познания детей и упрощают сам процесс познания, делая информацию красочной, эмоционально окрашенной и тем самым незабываемой.
При организации ежегодного мониторинга мною используются программы, позволяющие быстро и легко обработать результаты, такие как Excel.
Таким образом, использование современных педагогических технологий в организации образовательного процесса не только влияет на развитие ребёнка, но и коренным образом меняет деятельность педагога, его видение современного образовательного процесса, расширят возможности профессиональной деятельности.

Литература:

1. http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.
2. http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

следующие материалы:
- Методика.
- Конспекты занятий.
- Книги по хореографии и детским танцам.
- Много полезного материала по хореографии.

Приложение №7

РОЛЬ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРВОЖДЕНИЯ НА УРОКАХ ХОРЕОГРАФИИ

Танец органически связан с музыкой. Без музыки не мыслимы упражнения на уроках хореографии. Грамотно подобранный материал способствует развитию музыкального слуха, чувства ритма, воображения и музыкального слуха ребёнка.

На первом году обучения темп и ритмический рисунок просты, впоследствии они становятся более разнообразными. Уже на первых уроках начинается развитие музыкального слуха учащихся. Вначале учащиеся знакомятся с музыкальными размерами 2/4, ¾, 4/4, просто слушая музыку, затем, маршируя под музыку, причём шаги должны совпадать с музыкальным ритмом.

После усвоения простого марша ан 2\4 они приучаются к различным музыкальным размерам, через разнообразие музыкального сопровождения, ускорение и замедление темпа, изменение музыкального размера, при строгом соблюдении цельности музыкальной фразы.

На творческий поиск, импровизацию педагога побуждают сами ребята, разнообразие индивидуальностей в каждой группе. Комбинирование составных частей танцевального занятия в единое целое дает возможность вносить в него различные элементы творчества, игры, необходимые для поддержания внимания детей, атмосферы всеобщей заинтересованности. Но свобода от власти схемы не означает отсутствия системы, тематический план является компасом, показывающим направление занятий на протяжении всего года.

Литература:

1. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.

следующие рубрики:

- Библиотека:
  - ноты.
- Музыка:
  - бальный танец;
  - детский танец;
  - классика;
  - музыка для экзерсиса;
  - народный танец;
  - ритмика для детей;
  - танцевальная аэробика.

2. http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

следующие материалы:

- Музыка для танцев.
- Много полезного материала по хореографии.

Приложение №8

УСЛОВНЫЙ ПЕРЕВОД ФРАНЦУЗСКИХ ТЕРМИНОВ

Assemble (ассамбле) – прыжок с собиранием ног в воздухе.

Assemble soutenu (ассамбле сутеню) – движение на пальцах, при исполнении которого обе ноги собираются (подтягиваются) в 5-й позиции на пальцах.

Attitude (аттитюд) – поза классического танца, при исполнении которой одна нога поднята на 90^0 назад в согнутом положении. В зависимости от поворота всей фигуры различают attitude croisee и attitude effacee.

Balance (балансе) – качающееся движения.

Ballotte (баллоте) – движение, при котором корпус раскачивается вперёд и назад, передаваясь с одной ноги на другую.

Battement fondu (батман фондю) – плавное, «тающее» движение.

Battement frappe (батман фраппе) – ударное движение.

Battement soutenu (батман сутеню) – движение с подтягиванием ног.

Battement tendu (батман тандю) – движение вытянутое.

Battement tendu и demi-plie (батман тандю и деми – плие) – вытянутое движение с половинным приседанием.

Battement tendu jete (батман тандю жете) – вытянутое бросковое движение.

Battement double frappe (батман дубль фраппе) – двойное ударное движение.

Changement de pieds (шанжман де пье) – прыжок с переменой ног.

Coupe (купе) – вспомогательное движение (быстрая подмена одной ноги другой).

Demi rond de jambe developpe на 90^0 en dehors и en dedans (деми – рон де жамб девлоппе на 90^0 ан деор и ан дедан) – половина круга наружу и внутрь ногой, вытянутой на 90^0.

Demi rond de jambe par terre (деми – рон де жамб пар тер) – половина круга носком по полу.

Demi-plie (деми – плие) – половинное приседание.

Developpe (девлоппе) – разворачивание.

Developpe passe (девлоппе пассе) – проходящее движение, переводящее ногу, согнутую в колене, из положения на 90^0 в другую позу.

Double assemble (дубль ассамбле) – двойной прыжок, при котором второй прыжок исполняется выше первого.

Ecartee (экарте) – поза, при которой вся фигура повёрнута по диагонали.

En dedans (ан дедан) – внутрь, в круг.

En dehors (ан деор) – наружу, из круга.

En face (ан фасе) – прямо.

En tournant (ан турнан) – с поворотом.

Epaulement (эпольман) – положение, при котором корпус повёрнут в croisee или effacee.

Epaulement croisee (эпольман круазе) – поза, при которой ноги скрещены.

Epaulement effacee (эпольман эфасе) – поза, при которой ноги и вся фигура открыты.

Glissade (глиссад) - скользящее движение – скользящий прыжок.

Grand battement jete (гран батман жете) – большое бросковое движение.

Grand battement jete pointe (гран батман жете пуанте) – большое бросковое движение на носок.

Grand plie (гран плие) – большое, глубокое приседание.

Grand rond de jambe developpe на 90^0 en dehors и en dedans (гран рон де жамб девлоппе на 90^0 ан деор и ан дедан) – большой круг ногой, вытянутой на 90^0 наружу и внутрь.

Pas de bourree (па де буррэ) – переступание с небольшим продвижением то вправо, то влево.

Pas echappee (па эшаппе) – прыжок с раскрыванием ног во 2-ю позицию.

Pas sissoonne fermee (па сисон ферме) – прыжок с двух ног на одну с одновременным закрыванием ног.

Pas sissoonne ouverte (па сисон уверт) – прыжок с двух ног на одну с открыванием ноги.

Pas sissoonne simple (па сисон семпль) – прыжок с двух ног на одну.

Pas suivi и pas couru (па сюиви и па курю) – мелкое переступание, мелкие шаги на полупальцах или пальцах с продвижением по диагонали или по кругу.

Pas tombee (па томбе) – «падение» на demi – plie с coupe на работающую ногу, другая поднимается sur le cou-de-pied с последующим резким коротким вставанием на неё на полупальцы, одновременно другая нога открывается в сторону на 45^0. Tombee и coupe может исполняться в различные позы.

Passe (пасе) – проходящее движение при переходе из одной позы в другую.

Petit battement sur le cou-de-pied (пти батман сюр ле ку – де – пье) – маленький батман на щиколотке опорной ноги.

Port de bras (пор де бра) – упражнение, слагающееся из одновременных движений рук, корпуса и головы.

Preparation (препарасьон) – приготовление, подготовка.

Releve (релеве) – от французского глагола «поднять». Поднимание на полупальцах.

Releve lent (релеве лян) – медленное поднимание ноги.

Rond de jambe en l` air (рон де жамб ан лер) – круг ногой в воздухе.

Rond de jambe par terre (рон де жамб пар тер) – вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу.

Simple (семпль) – простой.

Sur le cou-de-pied (сюр ле ку – де – пье) – на щиколотке опорной ноги.

Sus - sous (сю – су) – temps leve (тан леве) в 5-ю позицию с продвижением вперёд, назад, или в сторону.

Temps lie (тан лие) – связующее, плавное, слитное движение.

Temps releve (тан релеве) – подготовительное движение, например, к rond de jambe en l` air (рон де жамб ан лер) – в дальнейшем к турам.

Приложение №9

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Программы:

1. Программа воспитания и обучения в детском саду./ 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 с дошкольниками: 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.
4. Программа «Хореографический кружок». – В сб.: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки. – М.: Просвещение, 1981. с. 171-199.
5. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета». – В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011, с. 7-39.

Специализированная литература:

1. Базарова Н. Классический танец. Л., Искусство, 1975.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л., М., Искусство, 1964.
3. Ваганова А. Основы классического танца. Л., М., «Искусство», 1963.
4. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения Под ред. Вагановой А. М., Сов. Россия, 1961.
5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., Искусство, 1975.
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. М., Искусство,1976.
7. Тарасов Н. Классический танец. Школа мужского исполнительства. М., Искусство, 1971.
8. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е.
9. Народно – сценический танец. М.,1976.
10. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1981.
11. Ткаченко Т. Народный танец. М., 1967.
12. Ткаченко Т. Народные танцы. М., 1975.
13. Устинова Т. Русский народный танец. М., 1976.

14. Боброва Г. Искусство грации. – М.: Детская литература, 1986.
15. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 1999.– (Внимание дети).
16. Бочарникова Э.В. Страна волшебная – балет. – М.: Детская литература, 1974.
17. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт – Петербург. 2000.
18. Фирилева Ж. Е, Сайкина Е.Г Танцевально игровая гимнастика для детей. Санкт – Петербург «Детство – пресс» 2003.
19. Бахрушин Ю.А. История русского балета. М. Просвещение 1977.
20. Гусев Г.Г. Методика преподавания народного танца. М. Владос 2002.
21. Суртаев В.Я, Игра как социокультурный феномен. Санкт – Петербург, 2003.
22. Никитин Б. Развивающие игры. М. 1985.

Интернет-ресурсы:

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

2. Материал из Википедии – свободной энциклопедии- http://ru.wikipedia.org

✓ Каталог спортивных организаций http://sportschools.ru

3. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.

Сайт содержит следующие рубрики:

➢ Танцевальные игры.
➢ Техника танца.
➢ Библиотека:
✓ книги по хореографии;
✓ ноты;
✓ программы, планы.
➢ Видеопомощь.
➢ Музыка:
✓ бальный танец;
✓ детский танец;
✓ классика;
✓ музыка для экзерсиса;
✓ народный танец;
✓ ритмика для детей;
✓ танцевальная аэробика.
✓ http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.
✓ http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа и др.

✓ http://perluna-ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

В разделе по хореографии собраны следующие материалы:

- Методика.
- Танцевальные этюды.
- Конспекты занятий.
- Видео детских танцев.
- Танцевальные игры.
- Танцевальные упражнения.

- Музыка для танцев.
- Книги по хореографии и детским танцам.
- Много полезного материала по хореографии.
- Обучающее видео по танцам.

✓ http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html.

Каталог по хореографии по следующим рубрикам:

- Бальный танец (118) INCLUDEPICTURE "http://st.list.mail.ru/new_new.gif" *

MERGEFORMATINET

- Детское хореографическое творчество (20).
- Известные танцоры и хореографы (18).
- Каталоги и справочники по хореографии (47).
- Классический балет (71).
- Модерн-балет (32).
- Народный танец и фольклор (81).
- Спортивные танцы (148).
- Статьи по хореографии (16).
- Хореографические творческие объединения (9).
- Эстрадный и массовый танец (99).
- Восточный танец @ (37).

✓ http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/1-1-0-3. Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры. Комплект плакатов. Разработано оно для наглядного оформления кабинета ритмики и хореографии, так же его можно использовать как дидактический и раздаточный материал для проведения занятий, открытых уроков и т.п.