

Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МБОУ ДО ЦВР
от «31» 08 2022г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО ЦВР
И.В. Решетнякова
от «31» 08 2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Карамель»

Возраст обучающихся: 6-17 лет

Подплетенная Елена Петровна
педагог дополнительного образования

п. Целина

2022 г.

Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. Развитие танцевальных навыков учат понимать и создавать прекрасное, развивают фантазию, образное мышление и обеспечивают всестороннее развитие.

В связи с тем, что сейчас остро стоит проблема гиподинамии, занятия хореографией позволяет восполнить дефицит движений, развить чувство ритма, научить слышать и понимать музыку и согласовывать с ней движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу, пластику, грацию, выразительность. Отличительной особенностью хореографии является то, что занятия дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. В процессе занятий дети приучаются работать сообща, у них развивается художественное воображение, память, внимание, творческие способности. Занятия в коллективе воспитывают в детях чувство ответственности, культуру общения. Всё в совокупности делает данную программу крайне полезной и даже необходимой для детского развития в условиях современных реалий.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности разработана в соответствии с:

1. Конституцией Российской Федерации
2. Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН

2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

5. Уставом МБОУ ДО ЦВР.

Дополнительное образование детей – необходимое звено в воспитании многогранной личности, в ее образовании, в ранней профессиональной ориентации. Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, можно формировать у детей культуру и манеру общения.

Данная общеобразовательная программа по хореографии (без специального отбора учащихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на 3 года и предполагает проведение занятий с детьми с 6 до 17 лет. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году обучающиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

Направленность программы

Общеразвивающая программа имеет художественную направленность и нацелена на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению других видов творчества, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Актуальность программы

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

1. Развитие мотивации детей к познанию и творчеству;

2. Содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
3. Приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
4. Сохранение и охрана здоровья детей;
5. Ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность.

Актуальность

Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне. Изучая ритмику, дети постигают искусство танца в игровом варианте. Через классический танец получают основу для всех танцевальных элементов. Акробатика развивает гибкость, ловкость и силу мышц, а современный танец – координацию, слух, пластику. Занятие актерским мастерством дают возможность проявить свое творчество.

Система обучения хореографии позволяет:

- ✓ Выявить и развить личностные качества ребенка, его творческий потенциал;
- ✓ Организовать полноценный досуг, наполнить его активно-деятельным содержанием, развить коммуникативные качества ребенка;
- ✓ Сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- ✓ Привить аккуратность, культуру поведения;

✓ Приобщить к культурным ценностям.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями к программам нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 6-17 лет.

Объём и срок программы

Программа рассчитана на 3 года обучения:

первый год обучения-дети 6-10 лет;

второй год обучения-дети 10-13 лет;

третий год обучения - дети 13-17 лет.

При некотором изменении содержания, программа может быть использована для более младшего или старшего возраста.

Формы обучения: групповые, подгрупповые, индивидуальные, репетиционные.

Отличительной особенностью программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся на протяжении всего курса обучения.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов эстрадного и народного танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

Формы учебных занятий: репетиционные; информационные (беседа, лекция), практическое занятие.

Репетиционные занятия (репетиция от лат. *repetitio* - повторение) - основная форма подготовки (под руководством хореографа) представлений, концертных программ, отдельных номеров, сцен путем многократных повторений (целиком и частями).

Практическое занятие – (от греческого *praktikos* – деятельный, активный), материальная, целеполагающая деятельность детей. Отработка танцевальных схем, постановок и т.д.

Особенностью организации образовательного процесса является групповое занятие с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Состав групп – постоянный. Наполняемость групп 10–15 человек. Группы могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные.

Содержанием программы предусмотрены мастер-классы, концерты, конкурсы, тренинги, творческие отчеты.

Цель программы – развитие танцевальных способностей обучающихся посредством искусства хореографии.

Задачи программы

развивающие:

- 1) Развитие специальных навыков и умений по хореографии;
- 2) Развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуры личности;
- 3) Развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
- 4) Развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую деятельность;
- 5) Развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
- 6) Развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

Воспитательные:

- 1) Воспитание эстетического восприятия;
- 2) Воспитание всесторонней личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- 3) Создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;

Обучающие:

- 4) Формирование знаний об основных хореографических понятиях;
- 5) Формирование знаний по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
- 6) Обучение навыкам постановочной и концертной деятельности.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимы:

- 1) оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум, ковровое покрытие);
- 2) раздевалка для обучающихся;
- 3) наличие специальной танцевальной формы (спортивный купальник, балетные тапочки, балетную юбочку);
- 4) наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- 5) наличие танцевальных костюмов;
- 6) наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Необходимым обеспечением учебного процесса является **дидактический материал** (игрушки, ленты, платочки, мячи, шары и другие, необходимые для танца атрибуты, а также картинки, декорации и т.д.) и технические средства обучения (аудиотека, видеотека и т.д.).

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В результате освоения программы **1** года

обучения обучающиеся должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе и должны знать название классических движений, позиции рук и ног; уметь воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения, соединять отдельные движения в хореографической композиции, исполнять движения классического характера.

В конце 2 года обучения учащиеся должны закрепить знания 1 года обучения, чувствовать и ценить искусство хореографии, стать социальноактивной личностью и должны знать названия народно-сценических движений; Знать значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп; Уметь грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок, определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; Самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

В конце 3 года обучения учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене и должны знать новые направления, виды хореографии и музыки, классические термины, жанры музыкальных произведений. Уметь выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции, контролировать и координировать своё тело, сопереживать и чувствовать музыку.

Личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе:

1. воспитание самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду;
2. воспитание чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции;
3. развитие эстетической, нравственной культуры поведения учащихся через приобщение к хореографическому творчеству;

4. воспитание лидерских, морально-волевых качеств;
5. формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни, укрепления здоровья.

Метапредметными результатами реализации программы станет формирование общих способов художественно-творческой деятельности и являющихся основой познавательной культуры, значимой для различных сфер человеческой деятельности, а именно следующих универсальных учебных действий.

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Азбука музыкального движения			
	- основа азбуки музыкального движения	36	8	28
	- подготовительные упражнения	6	2	4
	- общая физическая подготовка	8	-	8
3	Играя, танцуем	18	2	16
4	Основы классического танца	8	2	6
4.1	Экзерсис у станка	6	2	4
4.2	Экзерсис на середине зала	6	2	4
5	Партерная гимнастика	10	2	8
6	Работа над репертуаром	42	2	40
7	Итоговое занятие	2	-	2

Итого:	144	24	120
---------------	------------	-----------	------------

Содержание учебного плана 1-го года обучения

1. Вводное занятие

Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ. Диагностика физического развития каждого учащегося, работа над выявлением уровня развития творческих способностей учащихся.

2. Азбука музыкального движения

Музыкальное вступление, драматургия хореографического произведения. Музыкальная фраза. Понятие о графическом рисунке данного танца. Средства выразительности: темп, динамика движения, характер. Жанры: марш, вальс, полька, полонез, галоп, детские, народные, колыбельные песни. Хореографическое творчество. Блиц-опрос всех учащихся по итогам раздела.

Основные положения головы, рук, корпуса и ног. Шаги, прыжки, подскоки в ритме различных жанров. Отражение в движении ритмической пульсации. Танцевальные переходы и рисунки. Дыхательные, ритмико-гимнастические, музыкально-ритмические упражнения. Пластика тела, согласно динамическим оттенкам музыки. Пространственные музыкальные упражнения. Музыкально-подвижные игры на определение динамики музыкального произведения. Работа с тестами.

3. Играя, танцуем

Сложность и особенность совмещения слов с логической постройкой действия; наложение творческого образа на танцевальные движения.

Ходьба и бег в разных характерах и образах; прыжковые движения с продвижением и на месте, прямой галоп, подскок; образно-танцевальные комбинации и этюды; игровой самомассаж и массаж в паре; работа с

воображаемым предметом; игротанцы: хореографические упражнения с атрибутами; игры потешки – общеразвивающие упражнения для пальчиков;

4. Основы классического танца

Классический танец — это определенный вид хореографический пластики, это основа любого танца и балет можно назвать фундаментом любого сценического танца. Классический танец развивает осанку, вырабатывает ответственность, уважение к искусству, развивает гибкость и легкость. Учит выражать свои чувства с помощью танца, чувствовать себя уверенным и развязным, способствует развитию интеллекта и культуры.

Постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического экзерсиса у станка, развитие навыков координации движений.

4.1. Экзерсис у станка

Комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений.

Классический экзерсис. Позиции ног (1,2,3,6); позиции рук (подготовительная 1, 2,3); постановка корпуса, DemiPlie по 1,2,3 позиции ног; Battementtendu по 1 позиции ног; Мхи ногами; Releve по 1, 2,3,6 позиции ног; Перегибы корпусом; Allegro 1,6 позиции ног; Стречинг. Выполнение упражнений од медленную музыку, растяжка на мышцы шеи, рук, ног, косых и прямых мышц живота, ягодиц, спины.

4.2.Экзерсис на середине зала.

Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. Последовательность его в основном та же. На середине зала он значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела (особенно на полупальцах) без помощи палки. Правильное распределение центра тяжести подтянутого корпуса на двух и на одной ноге,

ровные бедра и в особенности подтянутое и выворотное бедро работающей ноги, основные условия для овладения устойчивостью.

1. Положение корпуса *épaulement croisée et effacée*.
2. *Demi-plié* по I – II позициям в положении *en face*
3. *Battement tendu*: из I позиции в сторону, вперед, назад; с *passé par terre*, с *demi-plié*
4. *Relevé* на полупальцы по I, II, позициям с вытянутых ног.

5. Партерная гимнастика

Партерная гимнастика представляет собой особую систему упражнений, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений, в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

1. упражнение на подвижность голеностопного сустава;
2. упражнение на развитие шага;
3. упражнение на развитие гибкости;
4. упражнение на укрепление позвоночника;
5. упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
6. упражнение на развитие выворотности ног;
7. упражнение на развитие мышц паха;
8. растяжка ног (вперед, в сторону);
9. наклоны корпуса к ногам;
10. упражнение на полу (шпагат).

6. Работа над репертуаром

Ведется объяснение постановочного материала танца.

Работа над постановками хореографических композиций. Отработка данных постановок.

7. Итоговое занятие

Итоговое занятие проводится по форме открытого занятия, где учащиеся демонстрируют знания, умения и навыки, приобретенные за учебный год.

Календарный учебный график 1 года обучения

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Название темы
1.Вводное занятие				
1.1		Беседа	2	Правила поведения на занятиях хореографией и инструктаж по технике безопасности. Диагностика физического развития и уровня развития творческих способностей.
2 .Азбука музыкального движения				
2.1		Беседа	2	Средства выразительности: темп, динамика движения, характер
2.3		Беседа	2	Основы музыкальной грамоты: вступление
2.4		Беседа	2	Основы музыкальной грамоты: музыкальная фраза
2.5		Учебное занятие	2	Драматургия хореографического произведения.
2.6		Тренировка	2	Основные положения головы, рук, корпуса и ног
2.7		Учебное занятие	2	Особенности построения и перестроения графических рисунков
2.8		Практическое занятие	2	Перестроения графических рисунков в усложненной форме
2.9		Учебное занятие	2	Основные элементы польки
2.10		Тренировка	2	Галоп – скачкообразный стремительный танец, как подготовительная ступенька к прыжкам
2.11		Тренировка	2	Шаговая дорожка в ритме вальса
2.12		Практическое занятие	2	Марш – музыкальный жанр; синхронность исполнения движений
2.13		Учебное занятие	2	Ритмическая пульсация – акцент на сильную, слабую доли музыкального произведения
2.14		Учебное занятие	2	Изучение прыжков с обеих ног с одновременным их сгибанием

2.15		Тренировка	2	Изучение прыжков со средней амплитудой взлета
2.16		Практическое занятие	2	Знакомство с понятиями: такт и затакт. Логика поворотов вправо и влево
2.17		Учебное занятие	2	Разучивание шагов и прыжков с поворотом тела
2.18		Практическое занятие	2	Разучивание танцевальных комбинаций, основанных на прыжках
2.19		Тренировка	2	Стилевая окраска народных произведений
2.20		Учебное занятие	2	Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого пояса
2.21		Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций, развивающих пластику тела
2.22		Практическое занятие	2	Изучение составляющих элементов комбинации: шаги и подскоки
2.23		Тренировка	2	Выполнение упражнений, способствующих развитию равновесия тела
2.24		Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций с параллельными позициями
2.25		Практическое занятие	2	Эмоции и движение, как средства передачи характера музыкального произведения
2.26		Тренировка	2	Тренинг на пространственное восприятие, работа в коллективе и на собственное эмоциональное раскрепощение в танце
3. Играя, танцуем				
3.1		Учебное занятие	2	Игрогимнастика – мотивация к творчеству
3.2		Практическое занятие.	2	Отражение образа в манере исполнения элементов танца: ходьба и бег
3.3		Тренировка	2	Выполнение прыжковых комбинаций в различных образах: прямой галоп, подскок
3.4		Учебное занятие	2	Выполнение хореографических комбинаций, согласно заданному характеру и образу
3.5		Учебное занятие	2	Разучивание образно-танцевального этюда
3.6		Репетиция	2	Работа над образами и характерами образно-танцевального этюда
3.7		Тренировка	2	Отработка элементов образно-танцевального этюда
3.8		Практическая работа	2	Работа над синхронностью исполнения образно-танцевального этюда

3.9		Практическая работа	2	Творческий образ: характер, манера, эмоции
4. Основы классического танца				
4.1		Беседа	2	История хореографического искусства
4.2		Беседа	2	Азбука классического танца
4.3		Учебное занятие	2	Позиции ног 1,2,3,6
4.4		Учебное занятие	2	Позиции рук (подготовительная 1,2,3)
4.5		Учебное занятие	2	Постановка корпуса
4.6		Практическая работа	2	Demi-plié по I – II позициям в положении en face
4.7		Практическая работа	2	Battement tendu из I позиционных
4.8		Учебное занятие	2	Relevé на полупальцы по I, II, позициям с вытянутых ног
4.9		Практическая работа	2	Перегибы корпусом
4.10		Практическая работа	2	Растяжка на мышцы шеи, рук ног, косых и прямых мышц живота, ягодиц, мышц спины
5. Партерная гимнастика				
5.1		Беседа	2	Понятия партерной гимнастики
5.2		Тренировка	2	Упражнение для подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц, голени и стопы
5.3		Тренировка	2	Упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса
5.4		Практическая работа	2	Упражнения для тазобедренных суставов, эластичности мышц, бедра
5.5		Практическая работа	2	Упражнения: велосипед, лодочка, бабочка, лягушка, мостик, свеча, гора, корзиночка, качели, книжечка
6. Работа над репертуаром				
6.1		Беседа	2	Объяснение постановочного материала танца
6.2		Учебное занятие	2	Разучивание классической танцевальной композиции
6.3		Тренировка	2	Работа над образами и эмоциями классической танцевальной композиции
6.4		Учебное занятие	2	Работа над рисунком танца
6.5		Практическое занятие	2	Работа над комбинациями
6.6		Тренировка	2	Работа над пластикой движений классической композиции
6.7		Учебное занятие	2	Разучивание композиции в народно-стилизованном стиле

6.8		Репетиция	2	Работа над образами и эмоциями в детском танце
6.9		Практическое занятие	2	Строение и перестроения рисунков танца
6.10		Тренировка	2	Работа над танцевальными связками движений детского танца
6.11		Учебное занятие	2	Разучивание танцевальной композиции
6.12		Практическое занятие	2	Строения и перестроения рисунков танца
6.13		Репетиция	2	Работа над синхронностью движений
6.14		Репетиция	2	Работа над отдельными комбинациями
6.15		Учебное занятие	2	Разучивание танцевального этюда эстрадного характера
6.16		Тренировка	2	Отработка отдельных танцевальных движений этюда
6.17		Практическое занятие	2	Работа над синхронностью движений
6.18		Тренировка	2	Работа над образами и эмоциями эстрадного этюда
6.19		Репетиция	2	Работа над танцевальными постановками изученного материала
6.20		Репетиция	2	Работа над танцевальными постановками изученного материала
6.21		Репетиция	2	Работа над танцевальными постановками изученного материала
7. Итоговое занятие				
7.1		Репетиция	2	Отчетный концерт
Итого:			144	

Учебный план 2-го год обучения

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Ритмика	16	-	16
3	Партерная гимнастика	10	-	10
4	Эстрадный танец	40	2	38
5	Народно-сценический танец			
	Украинский народный танец	28	2	26
	Русский народный танец	16	-	16
	Итальянский народный танец	10	2	8
6	Основы классического танца			
6.1	Экзерсис у станка	16	2	14
6.2	Экзерсис на середине зала	18	2	16
7	Импровизация и актерское мастерство	10	-	10
8	Работа над репертуаром	48	2	46
9	Итоговое занятие	2	-	2
Итого:		216	14	202

Содержание учебного плана 2-го года обучения.

1. Вводное занятие

Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

2. Ритмика

Разучивание разминки разогрева, упражнения развивающие силу ног, выворотность, правильную осанку, гибкость, подвижность суставов.

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров $2/4$, $3/4$.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим размещением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнение на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением, напряжение и расслабление мышц шеи, напряжение и расслаблении мышц плечевого пояса, корпуса.

3. Партерная гимнастика

Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям. Разминка, повторения и закрепление упражнений первого года обучения. Усложнение выученного (ускорение темпа выполнения упражнений, добавление более сложных элементов). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

4. Эстрадный танец

Изучение истории появления и значение эстрадного танца; понятие о графическом рисунке данного танца; особенности средств выразительности: темп, динамика движения, характер;

Особенности положение головы, рук, корпуса и ног, характерно эстраднему танцу; развитие изоляции частей тела в ходе выполнения комбинаций; развитие координации тела в ходе выполнения комбинаций; дыхательные, ритмико-гимнастические, музыкально-ритмические упражнения; снятие мышечных зажимов; стиливые упражнения на развитие темпоритмических рисунков; типы импульса, сила импульса, скорость импульса; образно-стилевые хореографические этюды;

5. Народно-сценический танец

Значимость народно-сценического танца; особенности эмоциональной окраски при исполнении танцев различных национальностей;

- комбинации и основные элементы татарского танца, эмоциональная окраска данного танца;
- переходы и рисунки;
- народно-сценический танец – массовый танец;
- развитие пластики тела: наклоны, прогибы, выпады;
- ритмические рисунки ногами на смену музыки;
- этюды, основанные на комбинациях русского и украинского танцев.

6. Основы классического танца

Классический танец является одним из средств интернационального и патриотического воспитания будущего поколения. Он поможет обучающимся раскрепостить внутренние силы, даст выход спонтанному чувству танцевального движения.

Структура обучения представлена практическим разделом, который знакомит обучающихся с танцевальной и музыкальной культурой. Развитие техники и выразительности исполнения.

Задачами второго года обучения являются: развитие силы ног путем увеличения количества упражнений, развитие устойчивости, освоение техники в более быстром темпе.

Наряду с этим более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине.

6.1. Экзерсис у станка

Развитие силы ног путем частичного введения полупальцев в экзерсисе у станка; развитие устойчивости; развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе на середине, усложнения учебных комбинаций.

Demi-plie в 1, 2, 5 позициях.

Battement tendu – все направления:

Battement tendu jete - всенаправления:

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battement frappe носком в пол.

Releve на полупальцы в 1, 2, 5 позициях.

Grand plie в 1, 2, 5 позициях.

Battement releve lent на 45^0 и на 90^0 – все направления.

6.2. Экзерсис на середине зала

Упражнения исполняются en face на всей стопе, с постепенным введением маленьких и больших поз.

Основное положение корпуса epaulement croisee.

Позы (носком в пол) - croisee.

Demi-plie в 1, 2, 5 позициях.

Battement tendu – все направления:

Battement releve lent на 45^0 и 90^0 – все направления.

Releve на полупальцы в 1, 2, 5 позициях с вытянутых ног.

Pas de bourree simpl с переменного en dehors et en dedans en face.

7.Импровизация и актерское мастерство

Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочено. Продолжаем разучивать игры развивающие воображение ребят. Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.

8.Работа над репертуаром

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков.

Разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец.

9.Итоговое занятие

Итоговое занятие проводится по форме отчетного концерта, где учащиеся демонстрируют умения и навыки по итогам учебного года.

Календарный учебный график 2-го года обучения

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Название темы
1. Вводное занятие				
1.1		Беседа	2	Знакомство с программой, правила поведения на занятиях хореографией и инструктаж по технике безопасности
2. Ритмика				
2.		Учебное занятие	2	Разучивание разминки-разогрева
2.2		Практическое занятие	2	Упражнения развивающие силу ног, выворотность, правильную осанку, гибкость, подвижность суставов.
2.3		Учебное занятие	2	Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4, 3/4.
2.4		Учебное занятие	2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах

2.5		Практическое занятие	2	Свободное размещение в зале с последующим размещением в колонну,
2.6		Практическое занятие	2	Построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.
2.7		Учебное занятие	2	Упражнение на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц.
2.8		Практическое занятие	2	Разведение рук в стороны с напряжением, напряжение и расслабление мышц шеи, напряжение и расслаблении мышц плечевого пояса, корпуса.
3. Партерная гимнастика				
3		Практическое занятие	2	Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям.
3.1		Практическое занятие	2	Разминка, повторения и закрепление упражнений первого года обучения.
3.2		Учебное занятие	2	Усложнение выученного (ускорение темпа выполнения упражнений)
3.3		Учебное занятие	2	Усложнение выученного (добавление более сложных элементов)
3.4		Практическое занятие	2	Упражнения развивающие гибкость, растяжка
4. Эстрадный танец				
4.1		Беседа	2	Истории появления и особенности исполнения эстрадного танца
4.2		Учебное занятие	2	Основы эстрадного танца: положения головы, рук, корпуса и ног
4.3		Практическое занятие	2	Разучивание элементов эстрадного танца
4.4		Тренировка	2	Выполнение упражнений, развивающих координацию отдельных частей тела
4.5		Практическое занятие	2	Разучивание переходов и рисунков
4.6		Тренировка	2	Разучивание переходов и рисунков в усложнённых вариантах
4.7		Учебное занятие	2	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп
4.8		Практическое занятие	2	Разучивание комбинаций с переменной темпа, ритма, динамики музыкального сопровождения
4.9		Тренировка	2	Упражнения со сменой уровня движения
4.10		Учебное занятие	2	Манера исполнения разно-стилевых ролей

				танцевального произведения
4.11		Учебное занятие	2	Импульс к движению, воображаемый центр в груди. Дыхательные практики
4.12		Практическое занятие	2	Изучение танцевальных комбинаций, основанных на кроссовых элементах
4.13		Учебное занятие	2	Изучение основных движений Adajio
4.14		Практическая работа	2	Разучивание комбинаций, основанных на элементах Adajio
4.15		Практическая работа	2	Разучивание комбинаций, направленных на развитие гибкости и выразительности
4.16		Репетиция	2	Работа над жестом, манерой, характером танцевальных композиций
4.17		Тренировка	2	Стилистическая разница исполнения одного и того же элемента
4.18		Практическая работа	2	Разучивание эстрадного этюда
4.19		Учебное занятие	2	Работа над отдельными комбинациями
4.20		Тренировка	2	Работа над прыжками эстрадного этюда
4.21		Репетиция	2	Работа над эмоциональным аспектом
4.22		Репетиция	2	Работа над синхронностью исполнения эстрадного этюда
4.23		Репетиция	2	Повторение и закрепление ранее изученного материала.
4.24		Репетиция	2	Повторение и закрепление ранее изученного материала
5. Народно-сценический танец				
5.1		Беседа	2	Значимость народно-сценического танца
5.2		Учебное занятие	2	Эмоциональная окраска народно-сценических хореографических композиций
5.3		Практическое занятие	2	Разучивание основных элементов украинского танца
5.4		Учебное занятие	2	Разучивание переходов и рисунков украинского танца
5.5		Тренировка	2	Разучивание основного шага украинского танца
5.6		Практическое занятие	2	Выполнение упражнений, направленных на развитие эластичности мышц и связок
5.7		Учебное занятие	2	Разучивание основных элементов украинского танца: голубец, бегунец, веревочка
5.8		Практическое занятие	2	Разучивание танцевальных элементов – припадание, подскок с переступаниями
5.9		Учебное занятие	2	Разучивание рисунка танца
5.10		Тренировка	2	Разучивание элемента «Ковырялочка»
5.11		Тренировка	2	Разучивание элемента «Ковырялочка» в усложненной форме

5.12		Учебное занятие	2	Комбинирование элементов украинского танца в общую танцевальную постановку
5.13		Практическое занятие	2	Разучивание украинского этюда
5.14		Практическое занятие	2	Работа над характером украинского этюда
5.15		Учебное занятие	2	Разучивание элементов и движений русского танца, особое внимание движениям рук
5.16		Практические занятия	2	Танцевальные комбинации способствующие развитию координации движений
5.17		Учебное занятие	2	Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука
5.18		Учебное занятие	2	Движения русского танца: медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по третьей позиции, тройные переступания
5.19		Учебное занятие	2	Движения русского танца: мужской шаг с каблука, присядка вперед по шестой позиции с выносом ноги на каблук
5.20		Практическое занятие	2	Движение русского танца «мячик» с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии
5.21		Практическое занятие	2	Разучивание танцевального этюда из выученных движений
5.22		Репетиция	2	Танцевальная композиция «Кадриль»
5.23		Беседа	2	Изучение итальянского сценического танца на основе движение «Гарантелла»
5.24		Учебное занятие	2	Элементы и движения танца «Гарантелла» : положение рук и ног, шаг с ударом носка по полу, с одновременным подскоком на одной ноге на месте и с продвижением назад
5.25		Учебное занятие	2	Бег на месте с продвижением вперед, перескоки с ноги на ногу, шаг с подскоком броском и одновременном сгибании ноги в колене
5.26		Учебное занятие	2	Подскоки в полуприседании на полупальцах по третьей позиции на месте и в повороте, маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу
5.27		Практическое занятие	2	Разучивание танцевального этюда
6. Основы классического танца				
6.1		Беседа	2	Азбука классического танца
6.2		Беседа	2	История классического танца
6.3		Учебное занятие	2	Demi-plie в 1, 2, 5 позициях.
6.4		Учебное занятие	2	Battement tendu – все направления
6.5		Практическое занятие	2	Battement tendu jete - всенаправления.
6.6		Учебное занятие	2	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans

6.7		Тренировка	2	Battement frappe носком в пол.
6.8		Учебное занятие		Releve на полупальцы в 1, 2, 5 позициях
6.9		Учебное занятие	2	Grand plie в 1, 2, 5 позициях.
6.10		Тренировка	2	Battement releve lenta на 45 ⁰ и на 90 ⁰ – все направления
6.11		Практическое занятие	2	Основное положение корпуса epaulement croisee Позы (носом в пол) croisee
6.12		Практическое занятие	2	Demi-plie в 1, 2, 5 позициях.
6.13		Тренировка	2	Battement tendu – все направления
6.14		Практическое занятие	2	Battement releve lent на 45 ⁰ и 90 ⁰ - все направления
6.15		Учебное занятие	2	Releve на полупальцы в 1, 2, 5 позициях с вытянутых но
6.16		Учебное занятие	2	Pas de bourree simpl с переменной ног en dehors et en dedans en face
7.Импровизация и актерское мастерство				
7.1		Практическое занятие	2	Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочено.
7.2		Практическое занятие	2	Продолжаем разучивать игры развивающие воображение ребят.
7.3		Учебное занятие	2	Актерский тренинг
7.4		Практическое занятие	2	Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.
7.5		Практическое занятие	2	Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.
8. Работа над репертуаром				
8.1		Беседа		Объяснение постановочного материала танца, прослушивание музыкального материала
8.2		Учебное занятие	2	Разучивание танцевальной композиции
8.3		Тренировка	2	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции
8.4		Тренировка	2	Работа над комбинациями
8.5		Учебное занятие	2	Отработка движений на увеличения темпа музыки
8.6		Практическое занятие	2	Работа над рисунком танца
8.7		Репетиция	2	Работа над синхронностью движений
8.8		Учебное занятие	2	Разучивание композиции Медленный вальс
8.9		Тренировка	2	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции
8.10		Тренировка	2	Работа над основным танцевальным шагом
8.11		Учебное занятие	2	Разучивания отдельных движений
8.12		Учебное занятие	2	Соединения всех движений в единую постановку

8.13		Тренировка	2	Работа над рисунком танца
8.14		Практическое занятие	2	Разучивание танцевальной композиции Рок-н-ролл
8.15		Тренировка	2	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции
8.16		Тренировка	2	Работа над движениями и четкостью исполнения
8.17		Тренировка	2	Формирования комбинаций для постановки композиции
8.18		Репетиция	2	Отработка комбинаций по парам
8.19		Практическая работа	2	Работа над рисунком танца
8.20		Тренировка	2	Разучивание спортивно танцевального этюда
8.21		Репетиция	2	Отработка движений танцевального этюда
8.22		Работа на сцене	2	Повторение ранее изученных танцевальных композиций
8.23		Работа на сцене	2	Повторение ранее изученной танцевальной композиции
8.24		Практическая работа	2	Повторение ранее изученных танцевальных композиций
9. Итоговое занятие				
9.1		Практическая работа	2	Отчетный концерт. Подведение итогов за год
Итого:			216	

Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	История хореографического искусства	6	6	-
3	Эстрадный танец и элементы фитнеса	40	4	36
4	Партерная гимнастика и ритмика	14	2	12
5	Элементы акробатики	16	2	14
6	Основы джаз-модерн танца	34	2	32
7	Элементы танца модерн	12	2	10
8	Элементы Contemporarydance	10	2	8
9	Народно-сценический танец	20	2	18
10	Основы классического танца			
10.1	Экзерсис у станка	8	2	6
10.2	Экзерсис на середине зала	8	-	8
11	Импровизация и актерское мастерство	8	-	8
12	Работа над репертуаром	36	2	34
13	Итоговое занятие	2	-	2
ИТОГО:		216	28	188

Содержание учебного плана 3-го года обучения.

1. Вводное занятие

Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

2. История хореографического искусства

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца. Развитие танца от фольклора до современной пластики, новые течения в хореографии.

3.Эстрадный танец и элементы фитнеса

Особенности подачи и исполнения элементов эстрадного танца; понятие о графическом рисунке данного танца; характер музыкального сопровождения эстрадного танца;

- силовые упражнения на все группы мышц;
- эпизоды кардиотренировок;
- комбинации с использованием изоляции, координации и полицентрии;
- синхронность при групповом исполнении постановок в современном стиле;-дыхательные, ритмико-гимнастические, музыкально-ритмические упражнения;
- художественное восприятие музыки, ее оценка.

4.Партерная гимнастика и ритмика

Структура музыкального произведения(период, предложение, фраза), размера 4/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов («воротца», «звездочка», «карусель», «змейка»). Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными. Повторение выученного за второй год обучения, усложнение упражнений. Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; Подвижность стоп, тазобедренного и галинностопного суставов.

5 Элементы акробатики

Акробатика и ее специфика. Техника безопасности проведения занятий. Разогрев. Разминка-тренировка всего тела. Кувырок вперед и назад. Перекат через плечо вперед, назад и из позиции лежа. Стойка на руках, стойка на голове. Упражнение «колесо» с правой и левой ноги, на одной руке. Акробатический трюк перекат через спину в кольцо. Повторение и отработка пройденного материала.

6.Основы джаз-модерн танца

История появления и значение данного направления хореографии; понятие о графическом рисунке данного танца;особенности и отличительные

черты джаз-модерн танца от других направлений хореографии; комбинации и основные элементы джаз-модерн танца; переходы и рисунки в усложнённых вариантах; свинговые комбинации для укрепления позвоночного столба; кросс, развитие скорости движений; сочетание изоляционных центров; стиливая окраска танцевальных элементов.

7. Танец модерн

Основные принципы модерн танца. Отдельные технические приемы. Связь между формой танца и внутренним состоянием исполнителя. Различные техники модерн танца.

Основные разделы танца модерн: сидя или лежа на полу (floowork) (centrework); работа включающая движение в пространстве (moovinginthespace); Физическая подготовка тела: упражнения для развития стопы, основные положения корпуса, упражнения для развития силы ног. Основные положения: разучивание всех основных положений корпуса на полу, соединенных в комбинацию, соединение основных положений с руками, упражнения на баланс (упражнения из йоги, пилатес), баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову. Развитие танцевальности, индивидуальности: разучивание композиций, включающих разученные положения; Развитие ориентации в пространстве, движения по диагонали; Импровизация: простейшие навыки контактной импровизации.

8. Contemporaryтанец

Что такоеContemporaryотличие от остальных направлений современной хореографии.

Contemporary dance

Contemporary dance technique

Floorwork

Flyinglow

Partnering

Упражнения в партере; техника расслабления-растяжка; Танцевальные комбинации в стиле Contemporary – чередование натянутых мышц и резкого сброса, расслабление, работа с дыханием, падение и подъемы, резкие остановки, балансирование, противоречие и эмоции.

9.Народно-сценический танец

Выполнения движений и рисунков русского народного танца.

Воспроизведение комбинаций и основных элементов русского народного танца, эмоциональная окраска данного танца; переходы и рисунки; трансформация хореографии русского народного танца – стилизация; элементарные трюковые комбинации в стиле русского народного танца;

10. Основы классического танца

На третьем году обучения закрепляется азбука классического танца. Основными задачами являются закрепления пройденного материала.

Выработка навыков правильности и чистоты исполнения, закрепления устойчивости, развитие координации, выразительности поз, дальнейшее воспитание силы и выносливости.

10.1. Экзерсис у станка

Повторения классических упражнений.

Demi-plie, grand plie в I, II, IV, V позициях.

Battements tendu

Battements tendu jetes

10.2. Экзерсисна середине зала.

Повторения классических упражнений.

Rond de jambe par terre

Adagio_на середине зала.

II и IV arabesques носком в пол. (На середине зала)

11. Импровизация и актерское мастерство

Упражнения на развитие творческих способностей; танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом; сочинение этюдов под музыку на темы;

12. Работа над репертуаром

Объяснение постановочного материала танца.

Работа над постановками хореографических композиций.

13. Итоговое занятие

Итоговое занятие проводится по форме отчетного концерта, где учащиеся демонстрируют умения и навыки, приобретенные за учебный год.

Календарный учебный график 3-го года обучения

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Название темы
1. Вводное занятие				
1.1		Беседа	2	Знакомство с программой Инструктаж по ТБ
2. История хореографического искусства				
2.1		Беседа	2	Танец и пантомима.
2.2		Беседа	2	Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и т. д.
2.3		Беседа	2	Развитие танца от фольклора до современной пластики, новые течения в хореографии. Новые течения в хореографии, просмотр видеоматериала
3. Эстрадный танец и элементы фитнеса				
3.1		Беседа	2	Беседа об отличительных особенностях эстрадного танца от других направлений
3.2		Беседа	2	Характер и особенности музыкального сопровождения эстрадного танца
3.3		Тренировка	2	Выполнение упражнений кардиотренировок для развития выносливости
3.4		Учебное занятие	2	Выполнение упражнений силовых тренировок
3.5		Практическое занятие	2	Разучивание связок, включающих элементы кардио и силовых тренировок
3.6		Учебное занятие	2	Синтез дыхания, тренинг
3.7		Учебное занятие	2	Разучивание усложненных элементов на устойчивость и включение их в комбинацию
3.8		Тренировка	2	Разучивание комбинаций, основанных на подскоках с координированными движениями рук
3.9		Тренировка	2	Развитие умения двигаться синхронно с соблюдением дистанции
3.10		Практическое занятие	2	Выполнение коллективно-порядковых упражнений, перестроений
3.11		Учебное занятие	2	Изучение особенностей перестроения, согласно стилям эстрадного танца
3.12		Тренировка	2	Изучения комбинаций под разный стиль музыки

3.13		Практическое занятие	2	Отработка образно-игровых навыков
3.14		Практическое занятие	2	Разучивание комбинаций с использованием изоляции частей тела
3.15		Учебное занятие	2	Разучивание и отработка музыкально-пластического этюда
3.16		Практическое занятие	2	Выполнение усложненных упражнений на координацию движений рук, головы, корпуса и ног
3.17		Тренировка	2	Выполнение упражнений глубокого стретчинга
3.18		Практическое занятие	2	Повторение и отработка изученного материала
3.19		Практическое занятие	2	Повторение и отработка изученного материала
4. Партерная гимнастика и ритмика				
4.1		Беседа	2	Структура музыкального произведения(период, предложение, фраза), размера 4/4.
4.2		Практическое занятие	2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг.
4.3		Учебное занятие	2	Построение двух концентрических кругов («воротца», «звездочка», «карусель», «змейка»).
4.4		Учебное занятие	2	Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.
4.5		Практическое занятие	2	Повторение выученного за второй год обучения, усложнение упражнений.
4.6		Учебное занятие	2	Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость;
4.7		Практическое занятие	2	Разучивание новых упражнений развивающих подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.
5. Элементы акробатики				
5.1		Беседа	2	Акробатика и ее специфика. Техника безопасности проведения занятий.
5.2.		Тренировка	2	Разогрев. Разминка-тренировка всего тела.
5.3		Учебное занятие	2	Кувырок вперед и назад.
5.4		Практическое	2	Пережат через плечо вперед, назад и из

		занятие		позиции лежа.
5.5		Учебное занятие	2	Стойка на руках, стойка на голове.
5.6		Учебное занятие	2	Упражнение «колесо» с правой и левой ноги, на одной руке.
5.7		Учебное занятие	2	Акробатический трюк перекат через спину в кольцо.
5.8		Практическое занятие	2	Повторение и отработка пройденного материала
6. Основы джаз-модерн танца				
6.1		Беседа	2	Беседа об истории появления и отличительных особенностях джаз-модерн танца от других направлений
6.2		Учебное занятие	2	Изучение и отработка поворотов и вращений в стиле джаз-модерн
6.3		Практическое занятие	2	Разучивание комбинаций с поворотами и вращениями в стиле джаз-модерн
6.4		Тренировка	2	Постановка этюда, основанного на поворотах и вращениях
6.5		Практическое занятие	2	Разучивание комбинаций с использованием параллельных позиций
6.6		Тренировка	2	Выполнение переходов и перестроений в усложненных вариантах
6.7		Учебное занятие	2	Работа над элементами от простого к сложному
6.8		Практическое занятие	2	Самостоятельное составление элементарных комбинаций в стиле джаз-модерн
6.9		Практическое занятие	2	Разучивание кроссовых комбинаций с использованием гранд батмана
6.10		Учебное занятие	2	Разучивание кроссовых комбинаций с использованием поворотов
6.11		Практическое занятие	2	Разучивание элементарных трюковых составляющих джаз-модерн танца
6.12		Тренировка	2	Разучивание усложненных свинговых элементов и включение их в комбинацию
6.13		Тренировка	2	Разучивание комбинаций с элементами бега и прыжков
6.14		Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций в партере.
6.15		Практическое занятие	2	Разучивание и отработка этюда в стиле джаз-модерн
6.16		Практическое занятие	2	Повторение и отработка ранее изученного материала
6.17		Практическое занятие	2	Повторение и отработка ранее изученного материала
7.Элементы танца модерн				
7.1		Беседа	2	Основные принципы модерн танца. Отдельные технические приемы. Связь между формой

				танца и внутренним состоянием исполнителя. Различные техники модерн танца.
7.2		Учебное занятие	2	Основные разделы танца модерн: сидя или лежа на полу (floorwork) (centrework); работа включающая движение в пространстве (moving in the space);
7.3		Практическое занятие	2	Физическая подготовка тела: упражнения для развития стопы, основные положения корпуса, упражнения для развития силы ног.
7.4		Учебное занятие	2	Основные положения: разучивание всех основных положений корпуса на полу, соединенных в комбинацию, соединение основных положений с руками
7.5		Практическое занятие	2	Упражнения на баланс (упражнения из йоги, пилатес), баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову.
7.6		Практическое занятие	2	Развитие танцевальности, индивидуальности: разучивание композиций, включающих разученные положения; Развитие ориентации в пространстве, движения по диагонали; Импровизация: простейшие навыки контактной импровизации.
8. Элементы Contemporary dance				
8.1		Беседа	2	Что такое Contemporary dance отличие от остальных направлений современной хореографии.
8.2		Учебное занятие	2	Contemporary dance technique Floorwork
8.3		Учебное занятие	2	Flying low Partnering
8.4		Практическое занятие	2	Упражнения в партнере; техника расслабления - растяжка;
8.5		Учебное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле Contemporary – чередование натянутых мышц и резкого сброса, расслабление, работа с дыханием, падение и подъемы, резкие остановки, балансирование, противоречие и эмоции.
9. Народно-сценический танец				
9.1		Беседа	2	Рисунок русского народного танца
9.2		Практическое занятие	2	Разучивание основных элементов русского народного танца
9.3		Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций с учетом характера

				исполнения русского народного танца
9.4		Тренировка	2	Выполнение переходов, перестроений рисунков, свойственных русскому народному танцу
9.5		Тренировка	2	Разбор и выполнение элементов трюковых комбинаций русского народного танца
9.6		Практическое занятие	2	Выполнение комбинаций в стиле русского танца и стилизация этих комбинаций
9.7		Учебное занятие	2	Работа над комбинациями в народно стилизованном характере
9.8		Практическое занятие	2	Работа над комбинациями в народно стилизованном характере
9.9		Практическое занятие	2	Повторение и отработка ранее изученного материала
9.10		Практическое занятие	2	Повторение и отработка ранее изученного материала
10. Основы классического танца				
10.1		Беседа	2	Закрепления азбуки классического танца
10.2		Учебное занятие	2	Повторения классических упражнений
10.3		Учебное занятие	2	Demiplie, grand plie в I, II, IV, V позициях
10.4		Тренировка	2	Battements tendu
10.5		Тренировка	2	Battements tendu jetes
10.6		Практическое занятие	2	Rond de jambe par terre
10.7		Учебное занятие	2	Adagio на середине зала
10.8		Практическое занятие	2	II и IV arabesques носком в пол. (На середине зала)
11. Импровизация и актерское мастерство				
11.1		Учебное занятие		Упражнения на развитие творческих способностей;
11.2		Учебное занятие		Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом;
11.3		Практическое занятие		Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождем», «трусливый заяц»
11.4		Практическое занятие		Сочинение этюдов под музыку на темы: «шторм», «птицы»
12. Работа над репертуаром				
12.1		Беседа	2	Объяснение постановочного материала
12.2		Учебное занятие	2	Индивидуальная постановка танца
12.3		Тренировка	2	Работа над образом и эмоциями танцевальной композиции
12.4		Учебное занятие	2	Работа над отдельными элементами
12.5		Практическое занятие	2	Формирование движений в комбинации
12.6		Тренировка	2	Разучивание рисунка танца
12.7		Репетиция	2	Работа над синхронностью движений
12.8		Практическое занятие	2	Разучивание танцевальной композиции
12.9		Учебное занятие	2	Строение, перестроения рисунков танца

12.10		Тренировка	2	Работа над танцевальными комбинациями
12.11		Тренировка	2	Работа над координаций движений
12.12		Репетиция	2	Сводные процессы в танцевальную композицию
12.13		Практическое занятие	2	Разучивания этюда
12.14		Тренировка	2	Работа над отдельными движениями
12.15		Репетиция	2	Работа над пластикой и характером этюда
12.16		Тренировка	2	Формирования всех элементов в единую постановку
12.17		Репетиция	2	Отработка ранее изученных танцевальных композиций
12.18		Репетиция	2	Отработка ранее изученной танцевальных композиции
13. Итоговое занятие				
13.1		Практическое занятие	2	Отчетный концерт.
Итого:		216		

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для того чтобы облегчить учащимся усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования балетной осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству **являются:**

1. демонстрация формируемых навыков (практический показ);
2. наглядная объяснение методики исполнения движения;
3. демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, **основные методы**, применяемые при обучении:

1. качественный показ;
2. словесное (образное) объяснение;
3. сравнение;
4. контраст;
5. повторение.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алекс Мур Техника латиноамериканских танцев, 2013 г.
2. Бекина С.И. Музыка и движение, Москва 2006 г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца, С-Петербург 2005 г.
4. Васильева Т.К. Секрет танца, С-Петербург 2007 г.
5. Диниц Е.В. Азбука танцев. Донецк 2009 г.
6. Нормативный документ. Закон Российской Федерации об образовании.
7. Пасютинская В. Волшебный мир танца. Москва 2005 г.
8. Сборник приказов и документов министерства образования и науки Вестник Образования России, Подольск, 2017 г.
9. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. С-Петербург 2006 г.

Литература для детей и педагогов

1. Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2009.
2. Блок В.М., Португалов К.П. Русская и советская музыка. – М.: Просвещение, 1977.
3. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М: Искусство, 1987.
4. Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет. - М.:Русский язык, 1987.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
6. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка,1983.
7. Детская энциклопедия «Балет», М.: Астрель Аст 2001.
8. Детям – о традициях народного мастерства. Учебно-метод.пособие: В 2 ч./ Под ред.Т.Я. Шпикаловой. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001.
9. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
- 10.Зайцева Е. Библия красоты. – М.: Эксмо, 2002.
- 11.Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.
- 12.Кристерсон Х. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 1952.
- 13.Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО Издательство Астрель, 2002.
- 14.Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.
- 15.Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, N 4, 1998.
- 16.Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.

17. Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.
18. Энциклопедия обрядов и обычаев. Спб.: «РЕСПЕКС», 1996.
19. Юдина Н.А. Энциклопедия русских обычаев. – М.: Вече, 2004.