

Отдел образования администрации города Рассказово

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества города Рассказово»**

Рассмотрена и принята
на заседании методического
совета МБУДО ДДТ
от «22» августа 2024 г.
Протокол № 1

«Утверждаю».
Директор МБУДО ДДТ
Яковлева Е. П./
Приказ № 70 от «22» августа 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Дети Терпсихоры»
(разноуровневая)**

Возраст обучающихся: 7-16 лет
Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель: Болтнева Лилия Юрьевна,
педагог дополнительного образования

г. Рассказово, 2024

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества города Рассказово»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дети Терпсихоры»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Болтнева Лилия Юрьевна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г.№1726-р);</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196);</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)(разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»</p>
4.2. Область применения	дополнительное образование
4.3. Направленность	художественная
4.4. Уровень освоения программы	разноуровневая
4.5. Вид программы	общеразвивающая
4.6. Возраст учащихся по программе	7-16 лет
4.7. Продолжительность обучения	6 лет

Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы»

1.1. Пояснительная записка

Танец – один из любимых и популярных видов искусства людей с давних времен до сегодняшних дней. Занятия танцами открывают большие возможности перед человеком, приучают его к самодисциплине, ответственности, раскрывают его индивидуальные возможности.

Приобщение к искусству хореографии через образовательную программу «Дети Терпсихоры» позволит обучить детей основам хореографического искусства, развить общефизические, артистические, исполнительские способности, а также воспитать высокие эстетические критерии, необходимые для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития каждого ребенка. В этом состоит **актуальность** данной программы.

Программа имеет **художественную направленность**. В ходе ее освоения у детей формируется четкое понятие о культуре танца, его направлениях и манере исполнения различных видов хореографического искусства.

Новизна программы определена учетом и адаптацией основных направлений танца и пластики к возможностям детей разных возрастов. Синтез классической, народной и современной хореографии осуществляет комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дети Терпсихоры» определена технологией разноуровневого обучения, имеет стартовый, базовый и углубленный уровни освоения. Каждый уровень направлен на формирование и освоение определенных компетенций учащихся.

Программа имеет стартовый, базовый и углубленный уровни освоения. Каждый уровень направлен на формирование и освоение определенных компетенций. Учащиеся имеют возможность перехода на углубленный уровень в случае успешного освоения базового после соответствующих оценочных процедур, при наличии хореографических способностей и физических возможностей и личного желания продолжать обучение.

«Стартовый уровень» (**1 год обучения**) программы предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

На базовом этапе (**2-5 года обучения**) помимо изучения основных элементов классического танца и комплексов танцевальной гимнастики для развития физических данных, учащиеся знакомятся с многообразием направлений современного танца, ведётся работа над эмоциональной составляющей, артистичностью, развитием навыков коллективного исполнения.

На углубленный уровень (**6 год обучения**) переводятся учащиеся, успешно освоившие базовый уровень программы. Углубленный уровень дает возможность подросткам совершенствовать уровень исполнения современных танцев, создает условия для дальнейшего личностного, творческого и культурного развития, а также профессионального самоопределения обучающихся.

Педагогическая целесообразность представлена целенаправленной работой по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям. Содержание программы сочетается с основными идеями системы дополнительного образования детей, которые мотивируют включение в процесс обучения интегрированных занятий. Развитие мотивации детей к познанию и творчеству через интегрированные технологии включает в себя:

- изучение основ музыкальной грамоты;
- актерское мастерство;
- элементы гимнастики;
- изучение основ правильного дыхания;
- ознакомление с анатомическим строением тела и основ самомассажа.

Отличительная особенность программы состоит в последовательном и дифференцированном представлении материала. Содержание программы позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого учащегося. Практическое содержание включает в себя объединение современной хореографии, классического танца, элементов гимнастики, акробатики, актерского искусства и импровизации, что позволяет создавать оригинальные хореографические постановки, наполненные смыслом, способные расширить и углубить как эстетические, так и интеллектуальные потребности детей. Занятия, построенные на основе современных образовательных технологий: здоровьесберегающей, технологии проектной деятельности, личностно-ориентированного обучения, игровой, интересны и продуктивны.

Адресная аудитория: обучающиеся 6-16 лет, имеющие стремление к изучению искусства танца, желающих познакомиться с историей возникновения и содержанием хореографического искусства.

Сроки реализации программы: программа рассчитана на шесть лет обучения.

Режим и формы занятий. Полный объем учебных часов 1224 – в том числе: в 1-й год обучения – 144 часа, во 2-й и последующий – по 216 часов в год.

Учебные занятия строятся с учетом возрастных особенностей и допустимой нагрузки. Продолжительность одного занятия для дошкольников – не более 30 минут с 10 минутным перерывом, занятия проводятся 2 раза в неделю. На втором и последующих годах обучения – 3 раза в неделю по два академических часа (45+45 минут с перерывом 10 минут).

Обучение по программе предполагает использование активных форм занятий: учебное занятие, занятие-тренинг, мастер-класс, занятие-игра,

открытое занятие, концерт, репетиции (индивидуальные и коллективные). В репетиционно-постановочные занятия включено необходимое количество разделов программы в зависимости от тематики танца и сложности его постановки.

Формы проведения учебных занятий:

-коллективная, в которой учащиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров;

-групповая, в которой обучение проводится с группой учащихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;

-парная, предполагающая общение с двумя учащимися при постановке дуэтных танцев;

-индивидуальная, используемая для работы с учащимся по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Количественный состав групп постоянный, группы формируются по возрастному принципу. Наполняемость групп 12 - 16 учащихся.

1.2. Цель программы: гармоничное развитие и реализация творческих способностей учащихся посредством формирования знаний и умений в области хореографии и изучения различных стилей танца.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих задач:

1.Образовательные:

- углубить знания об истории возникновения и развитии направлений танца;

- расширить кругозор в области классической и современной хореографии, истории музыки, сценического костюма;

- познакомить учащихся с основами и терминологией современного и классического танцев;

-познакомить учащихся с базовыми элементами современных направлений танца (эстрадный, «джаз», джаз – модерн, модерн);

- познакомить со структурой хореографической композиции;

- сформировать навыки проектной деятельности;

- познакомить с навыками актёрского мастерства и импровизации в хореографии;

-мотивировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению.

2.Развивающие:

-развивать специальные хореографические способности учащихся (чувство ритма, музыкальность, координацию движений и пластику);

- развивать фантазию, способность к импровизации, артистизм, образную память, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;

- развивать физические, моральные и волевые качества у учащихся;

- развивать навыки самостоятельной работы.

3. Воспитательные:

- воспитывать интерес к хореографическому искусству;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- воспитывать качества инициативности, целеустремленности, трудолюбия ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помогать в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- обеспечить условия для социализации детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися;
- способствовать формированию творческой личности учащихся коллектива.

Матрица разноуровневой образовательной программы «Дети Терпсихоры»

Уровни	Критерии	Применяемые методы и технологии	Результаты	Специфика учебной деятельности
Стартовый	<p>Предметные: Усвоение знаний по истории возникновения и развитию современных направлений танцев. Знакомство с основами и терминологией эстрадного и классического танцев. Освоение базовых элементов эстрадного танца. Развитие навыков коллективного исполнения хореографических номеров. Умение отличать стили современного танца. Формирование чувства ритма и музыкальности, координации движений и пластики тела.</p>	<p>Основной метод - объяснительно-иллюстративный . Наряду с ним используются наглядные, словесные методы. Репродуктивный метод и метод аналогий.</p>	<p>Предметные: Знание основных этапов развития современной хореографии, жанров и стилей. Знание базовых элементов и терминологии эстрадного и классического танцев. Владение основными навыками коллективного исполнения хореографических номеров. Осознание ритмических рисунков, умение ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, определение характера музыки и темп. Владение навыками предмета «партерная гимнастика», красивое и правильное исполнение танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх.</p>	<p>Дифференцированные задания Дифференцированный учебный материал по соответствующим уровням предлагается в разных формах (для учащихся). Предусмотрены разные степени сложности учебного материала, содержание каждого из последующих уровней усложняет содержание предыдущего уровня. Участие в концертной деятельности и конкурсах на уровне учреждения.</p>
	<p>Метапредметные: Развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений. Самостоятельность, дисциплинированность, общительность, умение самостоятельно контролировать учебные действия, развитость навыков сотрудничества.</p>		<p>Метапредметные: Умение выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения. Формирование умений постановки учебной задачи и её успешного решения, работы с информацией, контроля и оценки результатов деятельности, владение навыками сотрудничества с учащимися и педагогом.</p>	
	<p>Личностные: Формирование культуры общения в социуме и устойчивого интереса к</p>		<p>Личностные: Устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической</p>	

	хореографическому искусству. Навыки здорового образа жизни, культуры поведения и коммуникативные навыки.		деятельности. Готовность и способность к саморазвитию. Формирование культуры поведения. Приобретение навыков коммуникативного общения в коллективе.	
Базовый	<p>Предметные: Усвоение специальной терминологии и техники современного эстрадного танца в большом объеме и уровне сложности. Знакомство с новыми направлениями современной хореографии: «джаз», джаз – модерн. Знание отличительных особенностей стилей и базовых элементов. Совершенствование техники исполнения. Знакомство со структурой хореографической композиции и средствами создания образа в хореографии. Формирование начальных исследовательских навыков. Навыки актерского мастерства и импровизации. Устойчивые знания экзерсиса классического танца.</p>	<p>Основной метод обучения: репродуктивный . Наряду с ним используются наглядный, объяснительно-иллюстративный метод, эмоциональный метод и концентрически й метод.</p>	<p>Предметные: Устойчивое знание специальной терминологии и техники современных танцев. Приобретение учащимися базовых знаний в современных направлениях танца. Овладение основными навыками исполнения разнообразных стилей современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине. Знание базовых элементов и отличительных особенностей стиля. Овладение структурой хореографической композиции и образно-выразительными средствами хореографии. Овладение основными исследовательскими навыками. Умение применять актерское мастерство в хореографии. Знание экзерсиса классического танца.</p>	<p>Дифференцированные и творческие задания, концертная деятельность В дифференцированные задания вводится творческая составляющая. Изучение нескольких танцевальных связок. Активное участие в концертной деятельности в составе ансамбля. Коллективная исследовательская деятельность. Участие в конкурсах муниципального уровня, регионального и всероссийского уровней.</p>
	<p>Метапредметные: Самостоятельность, ответственность, дисциплинированность. Развитие физических, моральных и волевых качеств у учащихся. Чувство стиля и красоты в исполнении движений.</p>	<p>Метапредметные: Формирование умений целеполагания, самостоятельной организации и планирования при решении учебных задач. Формирование творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества. Овладение навыками выразительности и</p>		

	<p>Мотивация к потребности саморазвития учащихся, на дальнейший выбор пути своего профессионального развития. Фантазия, развитие творческой деятельности.</p>		<p>осмысленности исполнения танцевальных движений. Способность к саморазвитию, личностное самоопределение. Приобретение творческих способностей.</p>	
	<p>Личностные: Целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, внутренняя и внешняя культура учащихся. Знание культуры поведения и исполнения движений на сцене. Сформированная общественная активность личности, самостоятельность, коммуникабельность. Интерес к познавательной деятельности. Развитый художественный вкус.</p>		<p>Личностные: Овладение навыками целеустремленности и настойчивости. Формирование общей культуры учащихся. Сформированы правила и нормы поведения и исполнения движений на сцене. Приобретение художественно-эстетического и нравственного развития. Приобретение интереса к познавательной деятельности. Формирование художественного вкуса и эстетического идеала учащихся.</p>	
<p>Углубленный</p>	<p>Предметные: Усвоение специальной терминологии и основ современной хореографии в объеме, сопоставимом с предпрофессиональным уровнем образования. Знакомство с новыми танцевальными направлениями модерн и contemporary dance. Овладение отличительными особенностями стиля, изучение теории и техники исполнения танца. Знакомство с дисциплинами современного танца (партеринг, слоу и партнеринг). Навыки</p>	<p>Доминирующим методом обучения является: частично-поисковый метод обучения. Словесные, наглядные, практические, Технология оценивания, проблемно-диалогическая технология, творческий и</p>	<p>Предметные: Умение владеть специальной терминологией современного танца. Знание основ хореографической деятельности. Осознанное развитие хореографических способностей. Овладение основными навыками техники исполнения и отличительными особенностями танца модерн и contemporary dance. Знание дисциплин современной хореографии. Формирование навыков контактной импровизации и актерского мастерства. Овладение навыками коллективного исполнения танцевальных элементов, умение использовать их в разнообразных формах творческой и концертной деятельности. Овладение навыками сольного исполнительства.</p>	<p>Исследовательская, исполнительская, концертно-просветительская деятельность Изучение нескольких направлений танца. Творческие задания. Наставничество при работе в младших группах. Активное участие в концертной деятельности в составе ансамбля и сольно. Индивидуальная исследовательская деятельность. Участие в</p>

<p>контактной импровизации и эмоциональной раскрепощённости в танцевальной практике. Навыки коллективного и сольного исполнительства. Сформированность исследовательских навыков.</p>	<p>проективный методы.</p>	<p>Умение применять навыки исследовательской и проектной деятельности.</p>	<p>конкурсах различного уровня. Индивидуальный образовательный маршрут.</p>
<p>Метапредметные: Инициативность, креативность, общительность. Сформированные навыки музыкальности и эмоциональной выразительности. Умение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств. Навыки импровизации и искусства сочинения композиций. Художественные способности, сценического артистизма, фантазии и образной памяти. Умение использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выразить в творческой деятельности.</p>		<p>Метапредметные: Овладение навыками контроля и самоконтроля, самокритичность в оценке своих способностей. Овладение навыками импровизации. Знание выразительных средств хореографии, умение передать образ по средствам современных направлений танцев. Знание танцевальной драматургии и композиции танца. Умение самостоятельно строить хореографические композиции. Умение самостоятельно организовать и планировать деятельность, выбирать способы решения учебных задач, анализировать и структурировать полученную информацию, контролировать и оценивать свои действия и результаты работы, развитые коммуникативные компетенции и владение навыками групповой деятельности.</p>	
<p>Личностные: Трудолюбие и устремленность в достижении творческих результатов, проявления собственной гражданской позиции, направленной на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего</p>		<p>Личностные: Настойчивость и самоотдача, коллективная и личная ответственность за поручение дело. Приобретение способности к саморазвитию, личностное самоопределение. Приобретение чувства стиля и вкуса. Формирование эстетического идеала учащихся. Навыки общения, коммуникативные компетентности.</p>	

	<p>профессионального развития. Сформированность художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству. Чувства этики, вежливости и такта. Раскрытие индивидуальности каждого обучающегося и эстетических чувств и мыслей каждого ученика.</p>		<p>Повышение культурного уровня.</p>	
--	--	--	--------------------------------------	--

УЧЕБНЫЙ ПЛАН Стартовый уровень

1 год обучения «Гимнастика, ритмика, танец»

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Всего	Формы аттестации/ контроля
		теория	практика		
	Вводное занятие	1	1	2	Начальная диагностика.
	Раздел 1. Гимнастика	1	37	38	Опрос по терминологии. Показательное выступление
1.1.	Основные задачи гимнастики	1	-	1	
	<i>Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках)</i>				
1.2.	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	-	3	3	
1.3.	Упражнения, развивающие подъем стопы	-	3	3	
1.4.	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	-	3	3	
1.5.	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса	-	3	3	
1.6.	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава	-	3	3	
1.7.	Упражнения, развивающие выворотность ног	-	3	3	
1.8.	Упражнения на растягивание мышц и связок, развитие балетного шага	-	3	3	
	<i>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)</i>				
1.9.	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса	-	7	7	
1.10.	Упражнения на развитие поясничного пояса	-	7	7	
	Раздел 2. Ритмика	2	40	42	Зачет.

2.1.	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато	2	-	2	Творческое задание
	Музыкально-ритмические игры				
2.2.	Упражнения и музыкальные игры	-	8	8	
2.3.	Упражнения, игры и темп	-	11	11	
2.4.	Упражнения, игры и динамика	-	10	10	
2.5.	Упражнения, игры и характер музыкального произведения		11	11	
	Раздел 3. Танец	2	58	60	Творческая работа.
3.1.	Понятия «мелодия», «поза», «движение»	2	-	2	
	Ориентировочно-пространственные упражнения				
3.2.	Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных -плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»)	-	20	20	
	Танцевальные элементы				Опрос
3.3.	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	-	10	10	
3.4.	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков 4/4	-	4	4	
3.5.	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	24	24	Концертное выступление
	Итоговое занятие	-	2	2	
	ВСЕГО:	6	138	144	

**Базовый уровень
2 год обучения
«Гимнастика, ритмика, танец»**

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Всего	Формы аттестации/ контроля
		теория	практика		
	Вводное занятие	2	-	2	Начальная диагностика. Опрос
1.	Гимнастика	-	70	70	Опрос.
	<i>Элементы партерной гимнастики</i>				Творческое

	<i>(исполняются на гимнастических ковриках)</i>				задание
1.1.	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	-	8	8	
1.2.	Упражнения, развивающие подъем стопы	-	9	9	
1.3.	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	-	9	9	
1.4.	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса	-	8	8	
1.5.	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	-	9	9	
1.6.	Упражнения, развивающие выворотность ног	-	9	9	
1.7.	Упражнения на растягивание мышц и связок, развитие балетного шага	-	8	8	
	<i>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)</i>				
1.8.	Упражнения для развития плечевого сустава и рук	-	5	5	
1.9.	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног	-	5	5	
2.	Ритмика	1	50	51	Конкурсное задание. Соревнование
2.1.	Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер	-	1	1	
	<i>Музыкально-ритмические игры</i>	-			
2.2.	Упражнения, игры и фразировка	-	25	25	
2.3.	Упражнения, игры и динамика	-	25	25	
3.	Танец	-	91	91	Творческое задание
	<i>Танцевальные элементы</i>				
3.1.	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	-	40	40	
3.2.	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков 2/4	-	2	2	
3.3.	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	49	49	
4.	Итоговое занятие	-	2	2	Концертное выступление
	ВСЕГО:	3	213	216	

3 год обучения

«Классический танец. Народно-сценический танец. Современный танец»

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	Всего	
	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
1.	Классический танец	2	54	56	Контрольная работа
1.1.	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.	1	-	1	
1.2.	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	1	-	1	
	<i>Экзерсис у станка</i>				
1.3.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	2	2	
1.4.	Позиции ног: I, III, II, V	-	2	2	
1.5.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.	-	2	2	
1.6.	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	22	22	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
1.7.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	1	1	
1.8.	Позиции ног: I, III, II, V	-	1	1	
1.9.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.	-	1	1	
1.10.	Разучивание элементов классического танца на середине зала	-	21	21	
	<i>Allegro</i>				
1.11.	Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.	-	1	1	
1.12.	Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала.	-	1	1	
2.	Народно-сценический танец	4	34	38	Опрос. Творческое задание
2.1.	Народный танец как вид хореографического искусства	2	-	2	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				

2.2.	Русский танец	2	2	4	
2.3.	Элементарные ходы и проходки.	-	4	4	
2.4.	Бег, подскоки.	-	4	4	
2.5.	«Гармошка», «ёлочка».	-	4	4	
2.6.	«Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом.	-	4	4	
2.7.	«Молоточки» одной ногой без подскока с двойным притопом.	-	4	4	
2.8.	Дробные выстукивания.	-	4	4	
2.9.	Хлопки	-	4	4	
2.10.	Присядки, прыжки и трюки.	-	4	4	
3.	Современный танец	1	35	36	Опрос. Творческое задание
3.1.	История возникновения современного танца	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
3.2.	Техника изоляции	-	8	8	
3.3.	Основные шаги	-	6	6	
3.4.	Основные движения корпуса	-	6	6	
3.5.	Прыжки	-	7	7	
3.6.	Танцевальная комбинация	-	8	8	
4.	Джазовый танец	1	29	30	Творческое задание
4.1.	История возникновения джазового танца	1	-	1	
	<i>Экзерсис у станка</i>				
4.2.	Изучение основных позиций рук	-	2	2	
4.3.	Изучение основных позиций ног	-	2	2	
4.4.	Изучение элементов джазового танца	-	8	8	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
4.5.	Основные положения корпуса в джазовом танце	-	7	7	
4.6.	Прыжки: -jump -hop -leap	- - - -	2 2 2 2	2 2 2 2	
4.7.	Вращения: -поворот на 3 шагах	-	4	4	
5.	Подготовка репертуара	2	44	46	Опрос.
5.1.	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к	1	-	1	

	постановке				
5.2.	Знакомство с музыкальным материалом постановки	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				Творческий проект.
5.3.	Создание сценического образа	-	2	2	
5.4.	Изучение танцевальных движений	-	4	4	
5.5.	Соединение движений в танцевальные композиции	-	4	4	
5.6.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	4	4	
5.7.	Отработка элементов	-	3	3	
5.8.	Работа над музыкальностью	-	3	3	
5.9.	Развитие пластичности	-	4	4	
5.10.	Синхронность в исполнении	-	5	5	
5.11.	Работа над техникой танца	-	6	6	
5.12.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	-	5	5	
5.13.	Выразительность и эмоциональность исполнения	-	4	4	
6.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	2	4	6	
6.1.	Изучение основ музыкальной грамоты	1	2	3	
6.2.	Изучение основ актерского мастерства, импровизация	1	2	3	
	Итоговое занятие	-	2	2	Концертное выступление
ВСЕГО:		14	202	216	

4 год обучения

«Классический танец. Народно-сценический танец. Современный танец»

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	Всего	
	Вводное занятие	2	-	2	Начальная диагностика. Опрос
1.	Классический танец	2	49	51	Тестирование
1.1.	Русская школа классического танца	1	-	1	
1.2.	Отличительные черты русского классического балета и его школы	1	-	1	

	<i>Экзерсис у станка</i>				
1.3.	Подготовительные движения рук(и) – préparations.	-	2	2	
1.4.	Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.	-	2	2	
1.5.	Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.	-	2	2	
1.6.	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	12	12	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
1.7.	Подготовительные движения рук(и) – préparations.	-	1	1	
1.8.	Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.	-	2	2	
1.9.	Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.	-	2	2	
1.10.	Разучивание элементов классического танца на середине	-	15	15	
	<i>Понятие épaulement. Allegro</i>				
1.11.	Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет.	-	10	10	
2.	Народно-сценический танец	1	37	38	Творческий проект
2.1.	Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
2.2.	Русский танец.	-	7	7	
2.3.	Усложнение пройденных элементов.	-	8	8	
2.4.	Бег, подскоки, галоп, полька.	-	6	6	
2.5.	«Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки».	-	9	9	
2.6.	Подготовка к «верёвочке».	-	7	7	
3.	Современный танец	1	32	33	Творческое соревнование
3.1.	Стили современного танца. Хаус.	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				

3.2.	Повторение пройденного материала	-	10	10	
3.3.	Изучение новых танцевальных элементов	-	11	11	
3.4.	Изучение танцевальных элементов в стиле хаус.	-	11	11	
4.	Джазовый танец	1	32	33	Опрос. Выполнение самостоятельной работы.
4.1.	Стили джазового танца.	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
4.2.	Повторение пройденного материала	-	6	6	
4.3.	Изучение новых джазовых элементов	-	12	12	
4.4.	Вращения: -пируэты	-	4	4	
4.5.	Шаги: -pas de bourre	-	4	4	
4.6.	Прыжки: -hop-passé с руками во II и III позициях -hop с ногой на 45° в стороне	- -	3 3	3 3	
5.	Подготовка репертуара	2	44	46	Беседа
5.1.	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	1	-	1	
5.2.	Знакомство с музыкальным материалом постановки	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				Творческое задание
5.3.	Создание сценического образа	-	1	1	
5.4.	Изучение танцевальных движений	-	5	5	
5.5.	Соединение движений в танцевальные композиции	-	4	4	
5.6.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	4	4	
5.7.	Отработка элементов	-	3	3	
5.8.	Работа над музыкальностью	-	4	4	
5.9.	Развитие пластичности	-	4	4	
5.10.	Синхронность в исполнении	-	5	5	
5.11.	Работа над техникой исполнения	-	6	6	
5.12.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	-	5	5	
5.13.	Выразительность и эмоциональность	-	3	3	

	исполнения				
6.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	5	6	11	Фронтальный опрос
6.1.	Изучение основ музыкальной грамоты	1	2	3	
6.2.	Изучение основ актерского мастерства, импровизация	1	2	3	
6.3.	Изучение основ правильного дыхания	1	2	3	
6.4.	Ознакомление с анатомическим строением тела	2	-	2	
	Итоговое занятие	-	2	2	Концертное выступление
ВСЕГО:		14	202	216	

5 год обучения

«Классический танец. Народно-сценический танец. Современный танец»

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	Всего	
	Вводное занятие	2	-	2	Начальная диагностика
1.	Классический танец	3	50	53	Опрос. Творческий проект
1.1.	Освоение методики изучения новых движений классического танца. Сохранение активного поворота головы в экзерсисе.	1	-	1	
1.2.	Роль элементарного adagio в уроке.	1	-	1	
	<i>Экзерсис у станка</i>				
1.3.	Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног.	-	3	3	
1.4.	Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период III-IV годов обучения.	-	11	11	
1.5.	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	10	10	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
1.6.	Освоение методики изучения и исполнения полуповоротов, поворотов.	-	1	1	

1.7.	Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.	-	3	3	
1.8.	Ускорения темпа исполнения танцевальных движений.	-	3	3	
1.9.	Разучивание элементов классического танца на середине зала.	-	15	15	
	<i>Allegro</i>				
1.10.	Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних прыжках.	1	-	1	
1.11.	Changement de pied.	-	2	2	
1.12.	Pas échappé во II позицию.	-	2	2	
2.	Народно-сценический танец	1	27	28	Тестирование Творческий проект
2.1.	Экзерсис у станка и его предназначение.	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
2.2.	Повторение и закрепление элементов русских танцев.	-	7	7	
2.3.	Положение рук в групповых танцах и фигурах.	-	8	8	
2.4.	Поклоны на месте и с продвижением вперед и назад.	-	5	5	
2.5.	«Припадания», «подбивки», дробные выстукивания, присядки, прыжки.	-	7	7	
3.	Джазовый танец	1	52	53	Опрос. Конкурс
3.1.	Стили джазового танца. Джаз-модерн.	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
3.2.	Повторение пройденного материала	-	5	5	
3.3.	Изучение новых джазовых элементов	-	9	9	
3.4.	Шаги: -grand battement -pas de bourre	- -	4 4	4 4	
3.5.	Прыжки: -hop-passé с поджатой ногой	- -	4 4	4 4	

	-hop с ногой на 90° в стороне			4	
3.6.	Вращения: -пируэт -пируэт на plie	- -	6 6	6 6	
3.7.	Танцевальная комбинация	-	10	10	
4.	Знакомство с техникой джаз-модерн	-	21	21	Зачет, конкурс
4. 1.	Изучение основ модерн джаза	-	21	21	
5.	Подготовка репертуара	-	67	67	Опрос, творческая работа
5. 1.	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	-	1	1	
5. 2.	Знакомство с музыкальным материалом постановки	-	1	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
5. 3.	Создание сценического образа	-	1	1	
5. 4.	Изучение танцевальных движений	-	4	4	
5. 5.	Соединение движений в танцевальные композиции	-	10	10	
5. 6.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	10	10	
5. 7.	Отработка элементов	-	2	2	
5. 8.	Работа над музыкальностью	-	3	3	
5. 9.	Развитие пластичности	-	3	3	
5. 10.	Синхронность в исполнении	-	4	4	
5. 11.	Работа над техникой танца	-	8	8	
5. 12.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	-	8	8	
5. 13.	Выразительность и эмоциональность исполнения	-	2	2	
6.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	4	7	11	Творческое задание
6. 1.	Изучение основ музыкальной грамоты	1	1	2	
6. 2.	Изучение основ актерского мастерства, импровизация	1	2	3	
6. 3.	Изучение основ правильного дыхания	1	1	2	
6. 4.	Ознакомление с анатомическим строением тела	1	2	3	

6. 5.	Основы самомассажа	-	1	1	
	Итоговое занятие	-	2	2	Концертное выступление
	ВСЕГО:	11	205	216	

6 год обучения

«Классический танец. Народно-сценический танец. Современный танец»

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Всего	Формы аттестации/контроля
		теория	практика		
	Вводное занятие	2	-	2	Диагностика
1.	Классический танец	2	47	49	Опрос, творческая работа
1. 1.	Место классического танца в искусстве хореографии.	1	-	1	
1. 2.	Лексика классического танца и драматургия.	1	-	1	
	<i>Экзерсис у станка</i>				
1. 3.	Комбинирование элементов движений, освоенных в период 5 года обучения	-	9	9	
1. 4.	Начало изучения pirouettes в экзерсисах у станка.	-	3	3	
1. 5.	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	10	10	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
1. 6.	Использование переходов из позы в позу через позиции в элементарном adagio.	-	4	4	
1. 7.	Рисунок положения уровней ног и рук в маленьких и больших позах классического танца.	-	4	4	
1. 8.	Кантиленность (слитность) танцевальных движений – без фиксирования отдельных положений рук, головы, корпуса, ног в промежуточных позах.	-	13	13	
	<i>Allegro</i>				
1. 9.	Введение в allegro прыжков трамплинного характера, развивающих	-	4	4	

	силу всей ноги.				
2.	Народно-сценический танец	3	39	42	Фронтальный опрос, творческая работа
2. 1.	Знание предназначения того или иного элемента народно-сценического танца, упражнения у станка, танцевального движения.	1	-	1	
2. 2.	Музыка и урок народно-сценического танца.	1	-	1	
	<i>Экзерсис у станка</i>				
2. 3.	Экзерсис у станка в уроке народно-сценического танца	1	-	1	
2. 4.	Постановка корпуса, рук и головы как основная задача обучения.	-	4	4	
2. 5.	Разучивание элементов народно-сценического танца у станка.	-	15	15	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
2. 6.	Повторение элементов 4, 5 годов обучения.	-	8	8	
2. 7.	Изучение полуповоротов и поворотов при исполнении различных движений.	-	12	12	
3.	Брейк	2	13	15	Проект.
3. 1.	История возникновения танца брейк	1	-	1	
3. 2.	Особенности верхнего и нижнего брейка	1	-	1	
	<i>Изучение основ верхнего брейка</i>				
3. 3.	Волна руками	-	4	4	
3. 4.	Волна всем телом	-	4	4	
3. 5.	Техника изоляции	-	5	5	
4.	Джазовый танец	1	41	42	Опрос. Творческая работа
4. 1.	Особенности джазового танца	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
4. 2.	Повторение пройденного материала	-	12	12	
4. 3.	Изучение новых танцевальных элементов	-	6	6	
4. 4.	Шаги: -grand battement назад	-	3	3	

	-grand battement с пируэтом	-	3	3	
	-pas de bourre с прыжком	-	3	3	
4. 5.	Прыжки: -hop с ногой на 90° в стороне с поджатой ногой -leap в сторону с pas de bourre	- - -	 4 4	 4 4	
4. 6.	Вращения: - chainés в plie - тур по 2 позиции со спиралью	- -	3 3	3 3	
5.	Подготовка репертуара	2	50	52	Зачет. Конкурс
5. 1.	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	1	-	1	
5. 2.	Знакомство с музыкальным материалом постановки	1	-	1	
	<i>Экзерсис на середине зала</i>				
5. 3.	Создание сценического образа	-	2	2	
5. 4.	Изучение танцевальных движений	-	6	6	
5. 5.	Соединение движений в танцевальные композиции	-	5	5	
5. 6.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	5	5	
5. 7.	Отработка элементов	-	4	4	
5. 8.	Работа над музыкальностью	-	4	4	
5. 9.	Развитие пластичности	-	5	5	
5. 10.	Синхронность в исполнении	-	6	6	
5. 11.	Работа над техникой танца	-	6	6	
5. 12.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	-	4	4	
5. 13.	Выразительность и эмоциональность исполнения	-	3	3	
6.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	5	7	12	Творческая работа
6. 1.	Изучение основ музыкальной грамоты	1	1	2	
6. 2.	Изучение основ актерского мастерства импровизация	1	2	3	
6. 3.	Изучение основ правильного дыхания	1	1	2	
6. 4.	Ознакомление с анатомическим строением тела	1	1	2	
6. 5.	Основы самомассажа	1	2	3	

	Итоговое занятие	-	2	2	Концертное выступление
	ВСЕГО:	17	199	216	

Содержание программы Первый год обучения

Вводное занятие:

Теория: Знакомство с детьми, расстановка обучающихся по своим местам в классе.

Раздел 1. Гимнастика

Тема 1. 1. Основные задачи гимнастики.

Теория: Основные задачи гимнастики, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности, развитие выносливости и постановка дыхания, выработка навыков высокой культуры движений.

Элементы партерной гимнастики

Тема 1. 2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.

Практика: упражнения, укрепляющие мышцы спины: «День-ночь»; «Змейка»; «Рыбка».

Тема 1. 3. Упражнения, развивающие подъем стопы

Практика: вытягивание и сокращение стопы; круговые движения стопой. Выполнение этих элементов улучшают подъем.

Тема 1. 4. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника

Практика: упражнения «Лодочка»; «Складочка»; «Колечко». Данная группа упражнений прорабатывает мышцы нижней части спины. Задействует ягодичные мышцы и заднюю поверхность бедра.

Тема 1. 5. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

Практика: упражнения «Ступеньки»; «Ножницы». Нас интересует абдоминальная область, так называемый «пресс», и особенно его нижняя часть. В упражнении активно задействованы сгибательные мышцы бедра.

Тема 1. 6. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава

Практика: упражнения «Неваляшка», «Passe' с разворотом колена». Эти упражнения полезны для поддержания гибкости и подвижности суставов.

Тема 1. 7. Упражнения, развивающие выворотность ног

Практика: упражнения «Звездочка», «Лягушка». Так же эти упражнения способствуют развитию мышцы передней брюшной стенки, малого таза, косые мышцы живота, ягодичная и все мышцы, поддерживающие корсет туловища, спины, начиная от поясничного отдела до широчайшей мышцы.

Тема 1. 8. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага

Практика: упражнения «Боковая растяжка», «Растяжка с наклоном вперед», «Часы». Эта группа упражнений позволяет растянуть внутреннюю

мышцу бедра, в последствии чего шаг становится более открытым и грациозным.

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Тема 1. 9. Упражнения для развития шеи и плечевого пояса

Практика: упражнения для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках: повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»; наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»; круговые движения головой по кругу и целому кругу; поднимание и опускание плеч; поочередное поднимание и опускание плеч.

Тема 1. 10. Упражнения на развитие поясничного пояса

Практика: наклоны корпуса в стороны; наклоны корпуса вперед. Укрепление позвоночного столба, улучшение поясничного прогиба.

Раздел 2. Ритмика

Тема 2. 1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.

Теория: Введение в курс музыкальной грамоты, музыкальное произведение, темп, динамические оттенки, легато – стаккато.

Музыкально-ритмические игры.

Тема 2. 2. Упражнения и музыкальные игры.

Практика: упражнения, игры и метр; сильные доли и такт: здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4); сильные доли, слабые доли и музыкальный размер: здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

Тема 2. 3. Упражнения, игры и темп.

Практика: сохранение темпа движения во время музыкальной паузы; соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки; соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением; ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе.

Тема 2. 4. Упражнения, игры и динамика.

Практика: соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением; соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением.

Тема 2. 5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

Практика: соотношение характеров музыки и движения.

Раздел 3. Танец

Тема 3. 1. Понятия «мелодия», «поза», «движение».

Теория: видимый и слышимый образ, соотношение движений с музыкальной фразой.

Ориентационно-пространственные упражнения.

Тема 3. 2. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»).

Практика: разучивание одноплановых рисунков и фигур: линейных (плоскостных) – шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная; объёмных – круг; упражнение «Цепочка».

Разучивание приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые, из линейных в нелинейные, из шеренги горизонтальной в шеренгу вертикальную, из колонны вертикальной в шеренгу горизонтальную, сужение и расширение круга, из круга в «цепочку», из объёмных в линейные и наоборот, из круга в горизонтальную шеренгу, из круга в горизонтальную колонну, из горизонтальной шеренги в круг, из колонны горизонтальной в «цепочку».

Танцевальные элементы.

Тема 3. 3. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Практика: Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»: танцевальный шаг с носка; маршевый шаг на месте; шаги на полупальцах; легкий бег с поджатыми ногами; прыжки с вытянутыми ногами; прыжки с поджатыми ногами; подскоки на месте и с продвижением.

Тема 3. 4. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

Практика: Изучение поклона в классическом и народном стиле.

Тема 3. 5. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства

Практика: упражнения «Ширма», «Птичий двор».

Итоговое занятие.

Второй год обучения

Вводное занятие.

Теория: приглашение детей в зал; расстановка по линиям в шахматном порядке.

Раздел 1. Гимнастика

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.

Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения. Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.

Элементы партерной гимнастики.

Тема 1. 1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины

Практика: упражнения «Группировка»; «Карандаш». Умение группироваться — одно из определяющих условий правильного использования акробатических упражнений вращательного характера, поэтому необходимо

изучить группировку сидя, в приседе, лежа на спине, а также «широкую» группировку

Тема 1. 2. Упражнения, развивающие подъем стопы

Практика: разворот стопы из VI позиции в I позицию. Работа над выворотностью стоп.

Тема 1. 3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника

Практика: упражнения «Корзиночка»; «Полумостик»; «Мостик». Данная группа упражнений укрепляет мышцы спины и развивает гибкость поясничного отдела.

Тема 1. 4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

Практика: упражнения «Плуг»; «Уголок». При выполнении необходимо следить за «выворотностью» бедра, натянутостью подъема и пальцев.

Тема 1. 5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов

Практика: упражнения «Неваляшка», «Passe' с разворотом колена». Эти упражнения полезны для поддержания гибкости и подвижности суставов.

Тема 1. 6. Упражнения, развивающие выворотность ног

Практика: упражнения «Лягушка» во всех положениях, «Солнышко». Также эти упражнения способствуют развитию мышцы передней брюшной стенки, малого таза, косые мышцы живота, ягодичная и все мышцы, поддерживающие корсет туловища, спины, начиная от поясничного отдела до широчайшей мышцы.

Тема 1. 7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага

Практика: упражнение «Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный. Шпагат является одним из основных необходимых движений в развитии шага исполнителя. Он проходит через массу движений в хореографии: releve lent, battements developpe, grand battements jet, а так же больших прыжках – allegro.

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Тема 1. 8. Упражнение для развития плечевого сустава и рук

Практика: подъёмы рук вперёд на высоту 90°, отведение рук назад, подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны, подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд, сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны, сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд, сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад, сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед – в стороны – назад, сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперед–вверх–назад, вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении, вращения кистями во II позиции, вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Упражнения на развитие поясничного пояса: перегибы корпуса назад; повороты корпуса вокруг вертикальной оси; круговые движения корпуса.

Тема 1. 9. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног

Практика: отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием, отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием, отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием, отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием, отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием, подъёмы согнутой в колене ноги в сторону, отведение ноги назад на носок с полуприседанием, отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук, – каблук – позиция.

Отведение ноги назад с чередованием:

- позиция – носок – каблук,
- позиция с полуприседанием, назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция,
- отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием,
- прыжки на одной ноге (не более 4-х раз),
- прыжки на двух ногах с переменной позиций (напр. Чередование VI и II позиций),
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок,
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на каблук,
- подъёмы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной,
- поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой,
- бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

Раздел 2. Ритмика

Тема 2. 1. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер

Теория: Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз. Маршевая и танцевальная музыка. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

Музыкально-ритмические игры.

Тема 2. 2. Упражнения, игры и фразировка.

Практика: соотношение движений с музыкальной фразой; соотношение характеров музыки и движения (муз. Размеры $2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$); соотношение движений с музыкальной фразой (муз. Размеры $2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$); соотношение движений с музыкальным предложением (муз. Размеры $2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$); соотношение движений с музыкальным периодом (муз. Размеры $2\backslash 4$, $3\backslash 4$, $4\backslash 4$).

Тема 2. 3. Упражнения, игры и динамика.

Практика: соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением; соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением.

Раздел 3. Танец

Танцевальные элементы.

Тема 3. 1. Танцевальные шаги и ходы

Практика: скользящий шаг (pas glisse'); Па польки вперед и боковое; Pas chasse' вперёд, назад; русский переменный ход; русский дробный ход (по 1/8).

Тема 3. 2. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4

Практика: в ритме полонеза; в ритме польки.

Тема 3.3. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

Практика: этюд в народном стиле в характере Украинского танца; этюд в современном стиле Афро-джаз.

Итоговое занятие.

Третий год обучения

Вводное занятие.

Теория: приглашение детей в зал, расстановка по линиям в шахматном порядке.

Раздел 1. Классический танец

Тема 1. 1. Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

Теория: Хореографическая терминология. Происхождение и значение.

Тема 1.2. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца

Теория: Значение ряда упражнений у станка и на середине зала.

Экзерсис у станка

Тема 1. 3. Постановка корпуса (в выворотных позициях)

Практика: постановка корпуса, выворотные позиции лицом к станку и боком.

Тема 1. 4. Позиции ног: I, II, III, IV, V

Практика: Правильная постановка ног по I, II, III, IV, V, позиции. Работа корпуса при той или иной позиции. А так же работа над завалом на большой палец правой и левой ноги.

Тема 1. 5. Позиции и положения рук: подготовительное положение I, II, III позиции

Практика: подготовительное положение, I, II, III позиции. Правильное положение пальцев, округлые сгибы . Положение корпуса при работе рук.

Тема 1. 6. Разучивание элементов классического танца у станка.

Теория: терминология, значение, правильное произношение, припрасьен, музыкальные раскладки.

Практика: demi – plie (I,II, позиции ног); grand – plie (I позиции ног); battement tendu (I,II позиции ног); battement tendu jeté (I позиция ног) ;rond de jambe par terre; relive (I,II позиции ног); port de bras; arabesques.

Экзерсис на середине зала

Тема 1. 7. Постановка корпуса (в выворотных позициях)

Практика: постановка корпуса, выворотные позиции. Работа по точкам в хореографическом зале.

Тема 1. 8. Позиции ног: I, II, III, IV, V

Практика: правильная постановка ног в I, II, III, IV, V позициях. Работа корпуса при той или иной позиции.

Тема 1. 9. Позиции и положения рук: подготовительное положение I, II, III позиции

Практика: подготовительное положение, I, II, III позиции. Правильное положение пальцев, округлые сгибы. Положение корпуса при работе рук.

Тема 1. 10. Разучивание элементов классического танца на середине зала

Практика:

demi plie –неполное «приседание»;

grand plie-глубокое, большое «приседание»;

relevé-«поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног;

battement tendu-«вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП;

battement tendu jeté-«бросок», взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом; demi rond – неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45 на 90° и выше);

rond de jamb par terre- круг носком по полу круговое движение носком по полу;

rond de jamb en l'air-круг ногой в воздухе, стойка на левой правая в сторону, круговое движение голенью наружу или внутрь;

Allegro

1.11 Temps leves sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала

1. 12 Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала

Раздел 2. Народно-сценический танец

Тема 2. 1. Народно-сценический танец как вид хореографического искусства

Теория: история создания народно-сценического танца.

Экзерсис на середине зала.

Тема 2. 2. Русский танец

Теория: Русский танец

Практика: Русский народный танец

Тема 2. 3. Элементарные ходы и проходки

Практика: затажной шаг, приставной шаг.

Тема 2. 4. Бег, подскоки

Практика: упражнения «Блинчики», «Бегунец».

Тема 2. 5. «Гармошка», «Ёлочка»

Практика: выполнение народных комбинаций связанных со сменой позиций ног

Тема 2. 6. «Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притоном

Практика: простая и сложная «Моталочка».

Тема 2. 7. «Молоточки» одной ногой без подскока с двойным притоном

Тема 2. 8. Дробные выстукивания

Практика: Дроби и упражнение «Ключи».

Тема 2. 9. Хлопки

Практика: выхлопывание музыкального рисунка

Тема 2. 10. Присядки, прыжки и трюки

Практика: Танцевальные связки в народном стиле.

Раздел 3. Современный танец

Тема 3. 1. История возникновения современного танца

Теория: Появление современного танца в России.

Экзерсис на середине зала.

Тема 3. 2. Техника изоляции

Практика: Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

Тема 3. 3. Основные шаги

Практика: приставной шаг с plie. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса; выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса; подъем на носки, разворот стоп «краб».

Тема 3. 4. Основные движения корпусом

Практика: раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

Тема 3. 5. Прыжки

Практика: прыжки на месте; прыжки вперед – назад; прыжки вправо-влево; прыжки «крестом»; прыжки «ноги вместе – ноги врозь».

Тема 3. 6. Танцевальная комбинация

Практика: танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

Раздел 4. Джазовый танец

Тема 4. 1. История возникновения джазового танца

Теория: художественные особенности, знаменитые исполнители и хореографы. Интересные факты из их биографий.

Экзерсис у станка.

Тема 4. 2. Изучение основных позиций рук

Практика: Основные позиции рук аналогичны классической школе, но положение локтя и кисти может варьироваться (вытянутое, округленное положение локтя, сокращенное flex-положение кисти или jazz hand – пальцы напряжены и расставлены). А также существуют V-положения – положения между основными позициями.

Тема 4. 3. Изучение основных позиций ног.

Практика: Изучаются 5 основных позиций ног. У всех позиций кроме III существует 2 варианта: out-положение, аналогичное классическому танцу, и

параллельное положение – стопы стоят параллельно друг другу. III позиция выполняется в классическом варианте, но используется нечасто.

Тема 4. 4. Изучение элементов джазового танца.

Практика: Plie – движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором выполняется. Изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям.

Battement tendu- Движение классического экзерсиса, которое также имеет больше вариантов за счет позиций ног, в которых выполняется. Изучается по I out-позиции в сторону, позже вперед и назад – у станка, затем на середине зала – Passé. Рабочая нога стопой касается колена опорной ноги. В первый год обучения изучается на полной стопе по I позиции – у станка, по мере усвоения переходим на середину зала. Выворотное исполнение этого движения желательно проучивать в партере.

Экзерсис на середине зала.

Тема 4. 5. Основные положения корпуса в джазовом танце

Практика: Roll down / up – Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника. Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку. Это движение заимствовано из танца модерн. Изучается на середине зала.

Flat back – Наклоны, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию, ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90°. Изучается по II параллельной позиции на середине зала. По мере освоения добавляется исполнение на plie.

Deep body bend – Глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником. Изучается после освоения flat back, По мере освоения выполняется в сочетании с plie.

Тема 4. 6. Прыжки

Практика: jump – Прыжок с двух ног на две. Изучается по I параллельной позиции.

Нор – Прыжок с одной ноги на ту же ногу. На первом этапе изучения руки наверху в III-позиции. Изучаем сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

Леар – Прыжок с одной ноги на другую. Изучается с продвижением по залу.

Тема 4. 7. Вращения: поворот на 3 шагах

Практика: Элементарное вращение, изучается с двух ног сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

Раздел 5. Подготовка репертуара

Тема 5. 1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке

Теория: беседа с учащимися об интересующем их произведении, совместный выбор образа будущей постановки.

Тема. 5. 2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория: прослушивание нескольких вариантов музыкального сопровождения будущей постановки и выбор более понравившегося материала.

Экзерсис на середине зала.

Тема 5. 3. Создание сценического образа

Практика: драматический и комедийный образы.

Тема 5. 4. Изучение танцевальных движений

Практика: разучивание лексического материала.

Тема 5. 5. Соединение движений в танцевальные композиции

Практика: лексический материал и образ.

Тема 5. 6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

Практика: танцевальные переходы.

Тема 5. 7. Отработка элементов

Практика: отработка и закрепление изученного материала, работа над часто совершаемыми ошибками.

Тема 5. 8. Работа над музыкальностью

Практика: музыкальность и темп.

Тема 5. 9. Развитие пластичности

Практика: работа с музыкальным материалом, пластика движений.

Тема 5. 10. Синхронность в исполнении

Практика: групповая работа, отработка синхронности. Умение следить друг за другом в коллективе.

Тема 5. 11. Работа над техникой исполнения

Практика: отработка движений. Работа над музыкальностью, синхронное исполнение, раскрытие образа.

Тема 5. 12. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

Практика: закрепление лексического материала, работа по точкам со сменой ориентира.

Тема 5. 13. Выразительность и эмоциональность исполнения

Практика: работа над эмоциональностью

Раздел 6. Интегрированные занятия с элементами импровизации

Тема 6. 1. Изучение основ музыкальной грамоты

Теория: музыкальная грамота; музыкальные размеры.

Практика: выделение сильной доли в музыке хлопками и перестуками.

Тема 6. 2. Изучение основ актерского мастерства, импровизация

Теория: алгоритм выполнения творческого задания.

Практика: речедвигательные игры, выполнение различных заданий с элементами танца и актерского мастерства, импровизированные этюды.

Итоговое занятие.

Четвертый год обучения

Вводное занятие.

Теория: приглашение детей в зал, расстановка по линиям в шахматном порядке.

Раздел 1. Классический танец

Тема 1. 1. Русская школа классического танца

Практика: становление русской школы классического танца.

Тема 1. 2. Отличительные черты русского классического балета и его школы

Практика: содержательность, многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца, осмысленность и выразительность исполнительской техники, не смотря на высокую техничность исполнения, воспитание исполнителей-индивидуумов, педагогов, балетмейстеров.

Экзерсис у станка.

Тема 1. 3. Подготовительные движения рук(и) – préparations.
Постановка корпуса и рук на данном элементе, его значение.

Тема 1. 4. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Практика: техника исполнения préparations у станка.

Тема 1. 5. Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

Практика: закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Тема 1. 6. Разучивание элементов классического танца у станка

Практика: в ускоренном темпе повторяются упражнения, указанные в теме 2, держась за станок одной рукой и усложняются за счет увеличения темпа и добавления V позиции.

• Дополнительно изучается: положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (sou de pied), икры и колена.

- Demi-pliés в V позиции (повтор по I, II позициям)
- Grands pliés. Изучается в I, II позициях (лицом к станку).
- Battements tendus из V позиции. Изучается вначале в сторону, вперед, в конце года – назад.
- Battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад.
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции – с 36fface3636ion и заключением.
- Battements tendus jetés. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад.
- Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°)
- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.
- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés
- Battements fondus. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°

- Battements relevés lents на 45° из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, позднее вперед и назад)
- Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка.
- Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 1-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

Экзерсис на середине зала.

Тема 1. 7. Подготовительные движения рук(и) – préparations

Практика: техника исполнения на середине.

Тема 1. 8. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда

Практика: техника исполнения.

Тема 1. 9. Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre

Практика: работа над координацией.

Тема 1. 10. Разучивание элементов классического танца на середине зала

Практика: Épaulement croisé (с ногой на полу); épaulement effacé (с ногой на полу).

Понятие épaulement

Allegro.

Тема 1. 11. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет

Практика: Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

1. Temps levé sauté. Изучается по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

2. Pas écharré. Изучается из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.

Раздел 2. Народно-сценический танец

Тема 2. 1. Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

Теория: просмотр и анализ концертного выступления ансамбля «Казачьи России».

Экзерсис на середине зала.

Тема 2. 2. Русский танец

Практика: закрепление материала, изученного в период 3 года обучения.

Тема 2. 3. Усложнение пройденных элементов

Практика: танцевальный конкурс между группами.

Тема 2. 4. Бег, подскоки, галоп, полька.

Практика: Подскоки по VI (I прямой) позиции – на месте и с продвижением. Галоп. Подготовка к польке по III позиции.

Тема 2. 5. «Припадания», «мятник», «подбивки», «ковырялочки».

Практика:

- «Припадание» по VI позиции.
- «Припадание» по III позиции (с продвижением в сторону).
- «Припляс» (pas de basque) как разновидность припадания (из стороны в сторону).
- «Маятник» (перескоки с ноги на ногу по VI позиции) на месте.
- «Ковырялочка» без подскока – с паузой и без неё.

Тема 2. 6. Подготовка к «верёвочке».

Практика: начальные движения для верёвочки

Раздел 3. Современный танец

Тема 3. 1. Стили современного танца. Хаус

Теория: их отличительные особенности.

Экзерсис на середине зала.

Тема 3. 2. Повторение пройденного материала.

Практика: усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения и соединения работы 2х и более центров.

Тема 3. 3. Изучение новых танцевальных элементов.

Практика:

- слайд из стороны в сторону
- слайд вперед назад
- кик-степ-степ
- кик слайд в сторону

Тема 3. 4. Изучение танцевальных элементов в стиле хаус.

Практика: основные шаги, прыжки.

Раздел 4. Джазовый танец

Тема 4. 1. Стили джазового танца.

Теория: их отличительные особенности.

Экзерсис на середине зала.

Тема 4. 2. Повторение пройденного материала.

Практика: Усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения.

• Plie – Небольшая комбинация на plie изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

• Battement tendu – Маленькая комбинация на battement tendu изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

Тема 4. 3. Изучение новых джазовых элементов.

Практика:

• Battement jeté – Маленькая комбинация на battement jeté изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

• Rond de jambe par terre – Маленькая комбинация на rond de jambe par terre изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

• Relevé lent на 45° – Relevé lent – подъем рабочей ноги, не сгибая колена. Изучается сначала у станка, а затем на середине зала.

• Grand battement jete – Grand battement – бросок ноги на 90° в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Техника изоляции – в период 4 года обучения отдельные движения 1го центра группируются в небольшие комбинации с простым ритмом. По мере освоения можно координировать движения 2х центров, например, соединять с шагами.

Шаги:

- pas de bourre – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie, изучается с передвижением по залу.

- side walk – передвижение боком. Изучается также с передвижением по залу в разделе Кросс.

Прыжки:

- jump–Прыжок изучаем на месте. Во время прыжка ноги разрываются на шпагат или на «веревочку».

- hop-passé с руками во 2 и 3 позиции – изучаем сразу с передвижением, с обеих ног, рабочая нога в положении passé. По мере освоения добавляем спираль в корпусе.

- hop с ногой на 45° в стороне.

Тема 4. 4. Вращения: пируэты

Практика:

- chaonés – вращение на двух ногах с продвижением, является логическим продолжением поворота на 3х шагах.

- preparation к пируэтам – подготовительное движение. Вскок на полупальцы, рабочая нога в положении passé.

- пируэты- вращение на опорной ноге, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

Тема 4. 5. Шаги

Практика: Pas de bourre

Тема 4. 6. Прыжки

Практика: Нор-passe с руками во II и III позициях. Нор с ногой на 45 градусов в стороне.

Раздел 5. Подготовка репертуара

Тема 5. 1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

Теория: просмотр видео материалов, беседа-обсуждение.

Тема 5. 2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория: Прослушивание, анализ классической и современной музыки.

Экзерсис на середине зала.

Тема 5. 3. Создание сценического образа

Практика: драматический и комедийный образы.

Тема 5. 4. Изучение танцевальных движений

Практика: Разучивание лексического материала.

Тема 5. 5. Соединение движений в танцевальные комбинации

Практика: Лексика и образ

Тема 5. 6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

Практика: Танцевальные переходы

Тема 5. 7. Отработка элементов

Практика: Отработка и закрепление изученного материала

Тема 5. 8. Работа над музыкальностью

Практика: музыкальность и темп

Тема 5. 9. Развитие пластичности

Практика: работа с музыкальным материалом, пластика движений

Тема 5. 10. Синхронность в исполнении

Практика: групповая работа, отработка синхронности

Тема 5. 11. Работа над техникой исполнения

Практика: отработка движений

Тема 5. 12. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

Практика: Закрепление лексического материала, работа по точкам со сменой ориентира

Тема 5. 13. Выразительность и эмоциональность исполнения

Практика: Работа над эмоциональностью

Раздел 6. Интегрированные занятия с элементами импровизации

Тема 6. 1. Изучение основ музыкальной грамоты

Теория: музыкальная грамота; музыкальные размеры.

Практика: выделение сильной доли в музыке хлопками и перестуками.

Тема 6. 2. Изучение основ актерского мастерства, импровизация

Теория: Алгоритм выполнения творческого задания.

Практика: Речедвигательные игры, выполнение различных заданий с элементами танца и актерского мастерства, импровизированные этюды.

Тема 6. 3. Изучение основ правильного дыхания

Теория: Правильное дыхание во время занятий хореографией.

Практика: Применение полученных знаний на практике

Тема 6. 4. Ознакомление с анатомическим строением тела

Теория: Физиологическое строение тела человека, основы здорового образа жизни.

Итоговое занятие

Пятый год обучения

Вводное занятие.

Теория: приглашение детей в зал, расстановка по линиям в шахматном порядке.

Раздел 1. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Тема 1.1. Освоение методики изучения новых движений классического танца.

Теория: Сохранение активного поворота головы в экзерсисе.

Тема 1. 2. Роль элементарного *adagio* в уроке.

Теория: Роль *adagio* на уроке классического танца

Экзерсис у станка.

Тема 1.3. Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног.

Практика: Постановка корпуса; Апломб- его значение.

Тема 1.4. Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в III-IV годах обучения.

Практика: Двойные комбинации на Demi и Grand plies; Battements tendus и battements tendus jetés.

Тема 1.5. Разучивание элементов классического танца у станка.

Практика:

- Demi-pliés в IV позиции.
- Grands pliés в I, II, V позициях (бокком к станку).
- Petits battements sur le cou-de-pieds. Изучается сначала с равномерным переносом
 - Battements doubles frappés. Изучается в сторону, вперед, назад.
 - Doubles battements fondus. Изучается на всей стопе в сторону, вперед, назад.
 - Battements relevés lents на 90° из V позиции.
 - Battements tendus с demi-pliés во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом.
 - Rond de jambe par terre en dehors на demi-plié
 - Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперед, назад.
 - Rond de jambe en l'air – круг ногой в воздухе.
 - Battements développés. Изучается в сторону и вперед.
 - Battements tendus из V позиции с затактовым построением.
 - Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением.
 - Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением.
 - Battements tendus jetés с затактовым построением.
 - Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением.
 - Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.
 - Battements tendus jetés piqués с затактовым построением.
 - Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés с затактовым построением.
 - Pas tombé. Изучается на месте (работающая нога в положении sur le cou-de-pieds).
 - Pas couré. Изучается сначала с шагом на всю стопу, затем – на полупальцы.
 - Pas de bourrée simple. Изучается как с переменной ног, так и без перемены ног (по выбору педагога-хореографа).
 - 3-е port de bras. Port de bras изучается в учебной форме и в сочетании с различными упражнениями (во 2-ом полугодии, например, в заключении rond de jambe par terre

Экзерсис на середине зала.

Тема 1.6. Освоение методики изучения и исполнения полуповоротов, поворотов.

Практика: Подготовка к вращениям у станка, вращения на середине зала, по диагонали.

Тема 1.7. Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.

Практика:

Demi-pliés

Grands 42ffac в I, II, V позициях

Petits battements sur le cou-de-pieds.

Battements doubles 42fface42.

Doubles battements fondus.

Battements relevés lents на 90° из V позиции.

Battemenst développés.

Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперёд, назад.

Тема 1.8. Ускорения темпа исполнения танцевальных движений.

Практика:

Смена темпа для улучшения музыкального слуха.

Тема 1.9. Разучивание элементов классического танца на середине зала.

Практика:

• Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период IV и V годов обучения (см. темы 3, 7 и 11). Дополнительное изучение новых элементов классического танца, представленных ниже.

• Позы croisée, éffacée, écartée вперед и назад носком в пол – с руками в больших и маленьких позах.

• Port de bras: 2-е, 3-е.

• 1, 2, 3 arabesques носком в пол.

• Temps lié par terre.

• Demi-pliés в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение.

• Grands pliés в V позиции.

• Battements tendus в позах croisée, 42fface, 1, 2, 3 arabesques.

• Battements tendus с demi-pliés во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом.

• Battements tendus jetés в позах croisée, 42fface, 1, 2, 3 arabesques.

• Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié.

• Battements fondus в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°.

• Battements fondus в позах croisée, 42fface, 1, 2, 3 arabesques.

• Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°).

• Battements 42fface42 в позах croisée, 42fface, 1, 2, 3 arabesques.

- Battements relevés lents на 45° и на 90° (по усмотрению педагога-хореографа) во всех направлениях и в позах croisée, éffacée – во втором полугодии.

- Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта, 1 такт.

- Grands battements jetés в больших позах croisée, 43fface, 1, 2, 3 arabesques.

- Rond de jambe en l'air.

- Battemenst developpés в сторону, вперед.

- Battements tendus из V позиции с затактовым построением.

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением.

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением.

- Battements tendus jetés с затактовым построением.

- Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением.

- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-plies.

- Battements tendus jetés piqués с затактовым построением. Подготовительное упражнение для rond de jambe en l'air.

- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés с затактовым построением.

- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le sou-de-pieds. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas couré на всю стопу и на полупальцы.

- Pas de bourrée simple – с переменной ног.

- Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах без перемены ног, начиная с вытянутых ног и с demi-plié.

Allegro.

Тема 1.10. Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку маленьких и средних прыжках

Теория:

Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних прыжках.

Тема 1.11. Changement de pied.

Практика: прыжок с двух ног на две со сменой положения ног в V-й позиции

Тема 1.12. Pas échappé во II позицию.

Практика: Обучение производится лицом к опоре, толчком ногами и толчком руками от рейки, выполнять затактованный прыжок вверх с подтянутыми мышцами туловища и ног.

Раздел 2. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Тема 2.1. Экзерсис у станка и его предназначение

Теория:

Общее развитие организма детей, развитие подвижности в суставах, укрепление связок. Повышение техники танца. Подготовка к восприятию движений на середине зала. Развитие выразительности и танцевальности.

Экзерсис на середине зала.

Тема 2. 2. Повторение и закрепление элементов русских танцев.

Практика:

Тема 2.3. Положение рук в групповых танцах и фигурах

Практика: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка.

Тема 2. 4. Поклоны на месте и с продвижением вперед и назад.

Практика: Разучивание поклона в разных народностях

Тема 2.5. «Припадания», «подбивки», «дробные выстукивания», присядки, прыжки, трюки.

Практика:

- «Припадания», «подбивки».
- «Припадание» по III позиции (на месте, с продвижением в сторону вперёд)
 - Балансе (balancé) как разновидность припадания (вперёд – назад)
 - «Подбивка» вытянутой в колене и подъёме работающей ноги – с продвижением в сторону и вперёд.
 - «Подбивка» вытянутой в колене и сокращённой в «Ковырялочка» с подскоком – с паузой и без неё. «Ковырялочка» с различными окончаниями.
 - одной ногой с подскоком на всей стопе и тройным притопом с поочерёдной сменой ног;
 - сочетании с балансе (balancé) вперед и назад, с «приплясом» (pas de basque), с «маятником», с «подбивкой», с «ковырялочкой
 - Дробные выстукивания.
 - Притопа с подскоком.
 - «Печатка» (одновременный притопа двумя ногами) в координации с руками, корпусом, головой.
 - Тройные притопы («семейная дробь», калужские выстукивания. ..).
 - Двойная дробь с подскоком.
 - Двойная дробь с подскоком и двумя переступаниями.
 - Дробь «в три ножки» («трилистник»).
 - Дробь «в три ножки» с двумя переступаниями.
 - Дробь «хромого» (трёхдольная).
 - «Голубец» с двумя переступаниями на полупальцах на месте.
 - «Ключ» одинарный.
- Присядки, прыжки и трюки.
 - Присядка с выносом ноги вперёд на ребро каблука (на полуприседании, по мере освоения – на полном приседании) – на месте.

- Присядка с выносом ноги в сторону на каблук (на полуприседании, по мере освоения – на
- полном приседании) – на месте.
- «Разножка» в стороны на каблуки («одноимённая» разножка).
- «Разноимённая разножка» вперед-назад (на каблук и полупальцы).
- «Гусиный шаг»
- «Ползунок» – вперед.
- «Закладка» на месте.
- Перевороты через голову.
- «Лягушка».
- Малые и большие прыжки на двух ногах – с вытянутыми и «поджатыми» ногами.
- Прыжки на одной ноге.
- Прыжок по I свободной позиции с двух ног на две с одновременным подниманием согнутой в колене работающей ноги вперед.
- «Колесо».

Раздел 3. ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ

Тема 3.1. Стили джазового танца. Джаз-модерн.

Теория:

Особенности и отличительные черты модерн-джаз танца.

Экзерсис на середине зала.

Тема 3. 2. Повторение пройденного материала.

Практика:

• Plie – к комбинации на plie добавляется перемена позиций рук во время движения. Plie соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

• Battement tendu – к комбинации на battement tendu добавляется перемена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

• Battement jeté – к комбинации на battement jeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

• Rond de jambe par terre – к комбинации на rond de jambe par terre добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

Тема 3. 3. Изучение новых джазовых элементов.

Практика:

• Relevé lent на 90° – изучение движения на данном этапе только у станка.

• Техника изоляции – в период 5 года обучения комбинации отдельных центров исполняются в более сложном ритмическом рисунке.

• Flat back – добавляется положение flat back на полупальцах, и в plie на полупальцах.

• «Восьмерка» рук – сложное движение руками, направленное на развитие координации. По мере освоения усложняется добавлением вращения.

Тема 3.4. Шаги

Практика:

Grand battement – бросок ноги на 90° в любом направлении. Изучается на середине зала с продвижением. На третьем году обучения данное движение выполняется только вперед и в сторону. Усложняется исполнением grand battement с подходом с прыжка.

- pas de bourre – в период 3 года обучения изучается pas de bourre с preparation к пируэту, с пируэтом, с rond рукой.

Тема 3.5. Прыжки

Практика:

- hop-passé с поджатой ногой – во время исполнения прыжка опорная нога сгибается и принимает положение трамплинного сгибания.

- hop с ногой на 90° в стороне – рабочая нога открывается в сторону на 90°. Прыжок с продвижением.

Тема 3.6. Вращения

Практика:

Twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч. Происходит во вращении, по мере освоения усложняется опусканием в пол или подъемом с пола (винт).

- пируэт – вращение на опорной ноге, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

- пируэт на Plie- опорная нога во время вращения находится на Plie, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

Тема 3.7. Танцевальная комбинация

Практика:

- Танцевальная комбинация строится на ранее изученном материале. Движения постепенно соединяются друг с другом в медленном темпе под счет, затем темп увеличивается и в конечном итоге комбинация соединяется с музыкальным материалом.

Раздел 4. ЗНАКОМСТВО С ТЕХНИКОЙ МОДЕРН-ДЖАЗ

Тема 4.1. Изучение основ модерн-джаза.

Практика:

- Roll down / up – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника. Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку. Это движение заимствовано из танца модерн. Изучается на середине зала.

- Contraction / release – выдох и сжатие диафрагмы, release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы. Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

- Swing- раскачивание любой частью тела. На первом этапе изучается swing руками на середине зала, а swing ногами изучается в партере.

- Swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо.

- Перекидка через плечо. Ноги закидываются за голову, положение корпуса со спины резко меняется на живот.
- Прыжок с опорой на руку.

Раздел 5. ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА

Тема 5.1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

Теория: правила проведения соревнования – конкурса по импровизации, «Конкурса актерского мастерства».

Тема 5.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория: Прослушивание музыки, открытая беседа на тему постановочной работы

Экзерсис на середине зала.

Тема 5.3. Создание сценического образа

Практика: работа над образами: «Цыганка», «Восточная красавица», «Леди – стиль», «Кармен», «Золушка», «Мадонна», «Терпсихора».

Тема 5.4. Изучение танцевальных движений

Практика: Разучивание движений.

Тема 5.5. Соединение движений в танцевальные комбинации

Практика: создание музыкально-хореографических этюдов разных жанров (классический, народно-сценический, эстрадно-спортивный, джаз-танец)

Тема 5.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

Практика: постановка композиций на свободную тему; выполнение творческих заданий на заданную тему.

Тема 5.7. Отработка элементов

Практика: повторение изученных элементов; выполнение с усложнением;

Тема 5.8. Работа над музыкальностью

Практика: музыкальные контрасты;

Тема 5.9. Развитие пластичности

Практика: Пластика на полу.

Тема 5.10. Синхронность в исполнении

Практика: композиция и перестроения в танце.

Тема 5.11. Работа над техникой исполнения

Практика: техника выполнения упражнений на полу;

Тема 5.12. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

Практика: эстетика танца; выразительные средства для передачи образа.

Тема 5.13. Выразительность и эмоциональность исполнения

Практика: Двигательная разминка;

Выполнение движений при ускорении и замедлении счета, на 2, 4, 6, 8 долей.

Раздел 6. ИНТЕГРИРОВАННЫЕ занятия с элементами импровизации

Тема 6.1. Изучение основ музыкальной грамоты

Теория: Прослушивание записей известных композиторов.

Практика: Работа над образами из балетов П. Чайковского «Лебединое озеро», «Спящая красавица».

Тема 6.2. Изучение основ актерского мастерства, импровизация

Теория: Сценический образ известных персонажей.

Практика: работа над образами «Кармен», «Мэри Поппинс», Чарли Чаплин, творческое задание с элементами импровизации.

Тема 6.3. Изучение основ правильного дыхания

Теория: Значение правильного дыхания при активном движении.

Практика: Упражнения на правильное дыхание

Тема 6.4. Ознакомление с анатомическим строением тела

Теория: функции опорно-двигательного аппарата.

Практика: Изучение мышц задействованных при исполнении хореографических движений

Тема 6.5. Основы самомассажа

Практика:

Лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;

Оказание первичной помощи при получении травм на занятиях

Итоговое занятие.

Шестой год обучения

Вводное занятие.

Раздел 1. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Тема 1.1. Место классического танца в искусстве хореографии.

Теория: беседа «Классический танец – основа хореографии»;

правила постановки корпуса на середине у станка;

Тема 1.2. Лексика классического танца и драматургия.

Теория: выработка осанки, опоры и выворотности;

позиции рук и ног.

Экзерсис у станка.

Тема 1.3. Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период 5 года обучения.

Практика:

Дополнительное изучение новых элементов классического танца, представленных ниже.

Тема 1.4. Начало изучения pirouettes в экзерсисах у станка.

Практика: Выполнение pirouettes техника выполнения

Тема 1.5. Разучивание элементов классического танца у станка.

Практика:

- Demi-pliés в IV позиции.
- Grands pliés в IV позиции.
- Petits battements sur le cou-de-pieds на всей стопе с акцентом.

- Battements doubles frappés на всей стопе носком в пол.
- Battements frappés с затактовым построением (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°).
- Doubles battements fondus на всей стопе.
- Battements tendus с demi-pliés в IV позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié.
- Battements relevés lents на 90° в сторону, вперед, назад из I и V позиций.
- Grands battements jetés riqués в сторону, вперед, назад
- Rond de jambe en l'air. Battements développés назад.
- Flic вперед и назад на всей стопе.
- Pas tombé с продвижением. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds, либо носком в пол, либо поднята на 45°.
- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds.
- Pas couré на всю стопу и на полупальцы.
- Pas de bourrée simple – с переменной ног. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.
- 3-e port de bras.
- Préparation к pirouettes sur le cou-de-pied en dehors et en dedans из V позиции.

Экзерсис на середине зала.

Тема 1.6. Использование переходов из позы в позу через позиции в элементарном adagio.

Практика:

Тема 1.7. Рисунок положения уровней ног и рук в маленьких и больших позах классического танца.

Практика:

Тема 1.8. Кантиленность (слитность) танцевальных движений – без фиксирования отдельных положений рук, головы, корпуса, ног в промежуточных позах.

Практика:

- Demi-pliés в IV позиции.
- Battements tendus в позах écartée вперед и назад.
- Battements tendus jetés в позах écartée вперед и назад.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié.
- Battements fondus в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°.
- Battements fondus в позах écartée вперед и назад.
- Battements tendus с demi-pliés в IV позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом.
- Grands pliés в IV позиции.
- Battements relevés lents на 45° и на 90° (по усмотрению преподавателя) во всех позах, в том числе и в позах écartée вперед и назад.
- Grand battement jetés в больших позах écartée вперед и назад.

- Pas tombé с продвижением. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds, либо носком в пол, либо поднята на 45°.
- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds.
- Pas couré на всю стопу и на полупальцы.
- Pas de bourrée simple – с переменной ног.
- 3-е port de bras.
- Préparation к pirouettes sur le cou-de-pied en dehors et en dedans из V позиции.

Allegro.

Тема 1.9. Введение в allegro прыжков трамплинного характера, развивающих силу всей ноги.

Практика:

- Pas assemblé. Изучается с открытием ноги в сторону.
- Pas glissade. Изучается с продвижением в сторону.
- Sissonne simple. Изучается со сменой позиции приемом battement tendu.
- Petit pas jeté. Изучается в сторону.

Раздел 2. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Тема 2.1. Знание предназначения того или иного элемента народно-сценического танца.

Теория: Упражнения у станка, танцевального движения.

Тема 2.2. Музыка и урок народно-сценического танца

Теория: отличие классических позиций (рук и ног) от народных позиций.

Экзерсис у станка.

Тема 2.3. Экзерсис у станка в уроке народно-сценического танца.

Практика:

Тема 2.4. Постановка корпуса, рук и головы как основная задача обучения.

Практика:

- Подготовительные движения рук.
- Из подготовительного положения рука кратчайшим путем кладется в положение «на талию», затем возвращается в исходное положение.
- Из подготовительного положения рука открываются через 1-ю позицию во 2-ю позицию и закрываются на талию, затем кратчайшим путем возвращается в исходное положение.

Тема 2.5. Разучивание элементов народно-сценического танца у станка.

Практика:

- Полуприседание и полное приседание (demi et grand pliés):
- по I, II, IV, V позициям;
- плавные и резкие с переходом из позиции в позицию.
- «Змейка» (pas tortillé) – одинарные и двойные повороты стопы.
- Упражнения на развитие подвижности стопы (battemens tendus)
- Скольжение стопой по полу с полуприседанием в момент отведения работающей ноги на носок.

- Вытягивание ноги с чередованием: носок – каблук – носок – позиция (вперед, в сторону, назад – лицом к станку; затем боком к станку).

- Вытягивание ноги с чередованием: носок – каблук – носок – позиция (с полуприседанием в момент возвращения работающей ноги в исходную позицию); изучается в направлениях: вперед, в сторону, назад – лицом к станку, затем боком к станку.

- Вытягивание ноги с чередованием: носок – каблук – носок – позиция (с полуприседанием в момент перевода стопы на каблук); изучается в направлениях: вперед, в сторону, назад – лицом к станку, затем боком к станку.

- Маленькие броски (battements tendus jetés).
- Броски с акцентом «от себя» (начало движения «в такт»).
- Круговые движения ногой (rond de jambe) по полу.
- Подготовка (préparation) к упражнению.
- Круговые движения носком.
- Круговые движения носком с полуприседанием в момент перевода стопы в сторону.

- Круговые движения носком на полуприседании.
- «Каблучное».
- Подготовка к каблучному упражнению – поочередные удары пяткой опорной ноги и притопы работающей ноги (одинарные и двойные).

- Вынесение ноги на каблук с чередованием: щиколотка – каблук – щиколотка – притоп.

- «Каблучное» в сочетании с «ковырялочкой».
- Упражнения с ненапряженной стопой (flic-flac).
- Подготовка к упражнениям с ненапряженной стопой (flic-flac).

- Мазки стопой «от себя – к себе».
- Подготовка к «веревочке» и «веревочка».
- Подъем работающей ноги до положения «у колена» и возвращение в исходную позицию (battement retiré).

- Перевод работающей ноги спереди назад («у колена») и обратно.
- Подъем работающей ноги до положения «у колена» с полуприседанием на опорной ноге и возвращение в исходную позицию.

- Перевод работающей ноги спереди назад («у колена») и обратно с полуприседанием в момент подъема работающей ноги.

- . Одинарная веревочка на всей стопе.
- Дробные выстукивания.
- Одинарный притоп.
- Двойной притоп.
- Переступания на всей стопе (1/2, 1/4, 1/8 долями).

Экзерсис на середине зала.

Тема 2.6. Повторение элементов 4,5 годов обучения.

Практика: Повторение изученного материала

Тема 2.7. Изучение полуповоротов и поворотов при исполнении различных движений.

Практика:

- Полуповороты:
 - с полупальцев на полупальцы по V свободной и IV прямой (параллельной) позициям;
 - с полупальцев на полуприседание по V свободной и IV прямой (параллельной) позициям.
- Ходы и проходки.
 - Неровный переменный шаг на ребро каблука с подбивкой – с продвижением вперед (муж.).
 - Основной шаг в повороте (с продвижением вперед и назад).
 - Основной шаг с притопом в повороте (с продвижением вперед и назад).
 - Основной шаг с притопом с проскальзывающим притопом в повороте.
 - Шаг-притоп в повороте.
 - Шаг с приступкой (с приставкой) в повороте.
 - Повороты при исполнении «гармошки», «ёлочки», «припаданий», «маятника», «подбивок», «ковырялочек».
 - «Гармошка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах в повороте.
 - «Гармошка» с полуприседанием по I закрытой позиции в повороте.
 - «Ёлочка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах в повороте.
 - «Ёлочка» с полуприседанием при повороте пяток обеих ног в повороте.
 - «Припадание» по VI позиции в повороте.
 - «Маятник» (перескоки с ноги на ногу по VI позиции) на месте в повороте.
 - «Подбивка» вытянутой в колене подъеме работающей ноги – с продвижением в сторону и вперед в повороте.
 - «Ковырялочка» без подскока в повороте на 90° – с паузой и без неё.
 - «Ковырялочка» с подскоком в повороте на 90° – с паузой и без неё.
 - Повороты при исполнении «моталочек», «молоточков».
 - «Моталочки»: а) одной ногой с подскоком на всей стопе и тройным притопом в повороте, б) одной ногой с подскоком на полупальцах и тройным притопом в повороте, в) с поочередной сменой ног в повороте, г) в сочетании с припаданиями по VI позиции в повороте, «приплясом» (pas de basque) в повороте.
 - «Молоточки»: а) одной ногой с подскоком на всей стопе и тройным притопом в повороте, б) одной ногой с подскоком на полупальцах и тройным притопом в повороте, в) с поочередной сменой ног в повороте, г) в сочетании с припаданиями по VI позиции в повороте, «приплясом» (pas de basque) в повороте.
 - Повороты при исполнении дробных выстукиваний.
 - Притоп с подскоком в повороте.
 - «Печатка» в повороте.
 - Двойные притопы в повороте.
 - Тройные притопы в повороте.
 - «Переборы» в повороте.
 - «Дробная дорожка» в повороте.

- «Верёвочки».
 - Простая одинарная верёвочка в повороте на 90° (на всей стопе, по мере освоения – на полупальцах).
 - Синкопированная одинарная верёвочка в повороте на 90° (на всей стопе, по мере освоения – на полупальцах).
 - Бег, подскоки, галоп, полька.
 - Полька по III позиции с продвижением назад.
 - Беговой шаг в повороте.
 - Подготовка к подскокам по VI (I прямой) позиции в повороте.
 - Подскоки по VI (I прямой) позиции в повороте – на месте.
 - Полька по VI (I прямой) позиции в повороте.
- Подготовка к галопу в повороте. Галоп в повороте.

Раздел 3. БРЕЙК

Тема 3.1. История возникновения танца брейк

Теория: Просмотр видео

Тема 3.2. Особенности верхнего и нижнего брейка

Теория: Изучение

Изучение основ верхнего брейка.

Тема 3.3. Волна руками.

Практика: Волна начинается от пальцев рук одной руки и заканчивается пальцами рук другой руки.

Тема 3.4. Волна всем телом.

Практика:

Может исполняться, начиная с головы до ног и в обратном порядке.

Тема 3.5. Техника изоляции.

Практика:

Сначала каждая часть тела работает отдельно, а затем соединяется работа нескольких центров одновременно.

Раздел 4. ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ

Тема 4.1. Особенности джазового танца.

Теория: Стили джазового танца

Экзерсис на середине зала.

Тема 4.2. Повторение пройденного материала

Практика:

- Plie – к комбинации на plie добавляется исполнение движения в сочетании со сменами уровня и ракурса.
- Battement tendu - к комбинации на battement tendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.
- Battement jeté - к комбинации на battement jeté добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.
- Rond de jambe par terre – к комбинации на rond добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.

- *Relevé lent* на 90°- от исполнения движения у станка переходим к исполнению движения в разделе *Адажио* без опоры.

- Техника изоляции – в разделе *Изоляция* координируются движения сразу 2х или 3х центров, добавляется ритмический рисунок.

Тема 4.3. Изучение новых танцевальных элементов

Практика:

- *Passé en tournent* – положение *passé* усложняется добавлением вращения во время исполнения движения.

- *Arabesque* – положение, в котором рабочая нога открывается назад на любую высоту. Аналогично методике классического танца изучение положения в джаз-танце начинается носком в пол. Изучается на середине зала.

- *Développe* в сторону – открытие рабочей ноги через *passé*. Изучается движение у станка, затем на середине зала. Движение исполняется в характере *adagio*. Для освоения оно является достаточно трудным, поэтому в этом периоде изучаем *développe* только в сторону. Отличие от классического варианта – исполнение данного движения по параллельным позициям.

Тема 4.4. Шаги:

Практика:

- *grand battement* назад – на шестом году обучения изучается самый сложный вариант исполнения *grand battement* – бросок ноги назад. Перед тем, как начать изучение данного движения, требуется предварительная подготовка для мышц спины. Изучается движение сначала у станка, затем на середине зала. Передвижение добавляется только после полного освоения движения. Следующий этап – соединение в одну комбинацию *grand battement* вперед, в сторону и назад.

- *grand battement* с пируэтом - исполняется *grand battement* вперед, затем пируэт с рабочей ногой на *passé*. Исполняется с передвижением по залу.

- *pas de bourre* с прыжком – триплет исполняется с прыжком *jump* с активным передвижением по залу.

Тема 4.5. Прыжки:

Практика:

- *hop* с ногой на 90° в стороне с поджатой ногой- во время исполнения прыжка опорная нога сгибается в положение «у колена».

- *leap* в сторону с *pas de bourre* – сложный прыжок, во время взлета обе ноги максимально раскрываются и принимают в воздухе положение поперечный шпагат («веревочка»), а после приземления исполняется *pas de bourre*. Прыжок происходит с передвижением по залу.

Тема 4.6. Вращения:

Практика:

- *chainés* в *plié* – одна из модификаций вращения, характерная только джазовому танцу, вращение выполняется на *plié*.

- тур по 2 позиции со спиралью – соединение тура со спиралью в корпусе. Исполняется без продвижения.

Раздел 5. ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА

Тема 5.1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

Теория: просмотр и анализ видеоматериала;

Тема 5. 2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

Теория: специфика данного танцевального направления.

Экзерсис на середине зала.

Тема 5.3. Создание сценического образа

Практика: работа над образами «Кармен», «Мэри Поппинс».

Тема 5. 4. Изучение танцевальных движений

Практика: Разучивание движений.

Тема 5.5. Соединение движений в танцевальные комбинации

Практика: создание музыкально-хореографических этюдов разных жанров (классический, народно-сценический, эстрадно-спортивный, джаз-танец)

Тема 5. 6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

Практика: постановка композиций на свободную тему; выполнение творческих заданий на заданную тему.

Тема 5. 7. Отработка элементов

Практика: повторение изученных элементов; выполнение с усложнением;

Тема 5.8. Работа над музыкальностью

Практика: музыкальные контрасты;

Тема 5.9. Развитие пластичности

Практика: Пластика на полу.

Тема 5.10. Синхронность в исполнении

Практика: композиция и перестроения в танце.

Тема 5.11. Работа над техникой исполнения

Практика: техника выполнения упражнений на полу;

Тема 5. 12. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

Практика: эстетика танца; выразительные средства для передачи образа.

Тема 5.13. Выразительность и эмоциональность исполнения

Практика: Двигательная разминка;

Выполнение движений при ускорении и замедлении счета, на 2, 4, 6, 8 долей.

Раздел 6. ИНТЕГРИРОВАННЫЕ занятия с элементами импровизации

Тема 6. 1. Изучение основ музыкальной грамоты

Теория: сведения о музыкальной грамоте; музыкальные размеры $2/4$, $3/4$, $4/4$, $3/8$

Практика: движения плеча и корпуса, подъем плеча в различном темпе и характере; поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад; ходьба разного характера.

Тема 6.2. Изучение основ актерского мастерства, импровизация

Теория: просмотр видеоматериала

Практика: разучивание фрагмента танца «Ветер перемен», импровизация.

Тема 6.3. Изучение основ правильного дыхания

Теория: Функции дыхания

Практика: Дыхание на вращениях

Тема 6.4. Ознакомление с анатомическим строением тела

Теория: понятие выворотность, стопа, кисть;

Практика: функции дыхания;

проверка пульса.

Тема 6.5. Основы самомассажа

Теория: Массаж при растяжке мышц

Практика: Практика самомассажа

Итоговое занятие

1. 4. Планируемые результаты.

В соответствии с каждым этапом программы воспитанник должен освоить:

- терминологию, используемую на уроке;
- структуру и основные части урока;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным

сопровождением.

- движения в технике танцевального направления;
- принципы составления учебных комбинаций;
- организацию труда, рабочего места на уроке и сцене.

Планируемые результаты обучения базового уровня освоения программы

Предметные:

знание терминологии, истоков и истории развития современных танцев; приобретение учащимися базовых знаний в современных направлениях танца;

использование выразительных средств для создания образа в хореографическом произведении;

знание базовых элементов современной хореографии;

исполнение хореографического репертуара ансамбля в группе;

исполнение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

Метапредметные:

формирование творческого мышления, навыков продуктивного сотрудничества;

развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;

приобретение творческих способностей учащихся.

Личностные:

формирование правил и норм поведения в социуме;

приобретение художественно-эстетического и нравственного идеала;

приобретение мотивации к саморазвитию и личностному самоопределению.

Планируемые результаты обучения углубленного уровня освоения программы

Предметные:

устойчивые знания истоков и истории развития современных танцев;

умение владеть специальной терминологией современного и классического танцев;

приобретение учащимися глубоких знаний в технике и методике современных направлениях танца;

знание композиции произведения и основ хореографической деятельности;

использование выразительных средств для создания образа в хореографическом произведении;

освоение танцевальных элементов, умение использовать их в разнообразных формах творческой и концертной деятельности;

точное и грамотное исполнение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине;

умение исполнять хореографический репертуар ансамбля, как в группе так и сольно.

Метапредметные:

формирование мотивации к самоопределению и самореализации учащегося;

формирование творческого мышления, навыков продуктивного сотрудничества;

овладение навыками контроля и самоконтроля, самокритичность в оценке своих способностей.

Личностные:

приобретение чувства стиля и вкуса по средствам современной хореографии, формирование эстетического идеала учащихся;

развитие навыков общения, коммуникативных компетентностей;

повышение культурного уровня учащихся;

воспитание настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за порученное дело.

Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы»

2. 1. Календарный учебный график

Количество учебных недель – 36 в год.

Количество учебных дней – на первом году обучения 144, на втором и последующем – 216.

Начало занятий групп первого года обучения – с 10 сентября, окончание занятий – 31 мая. Начало занятий групп второго и последующих годов обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 25 мая.

Продолжительность каникул: с 1 июня по 31 августа.

2. 2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы требуется наличие соответствующей материально-технической базы:

-просторный специализированный танцзал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный и световой режим, линолеумное покрытие пола, балетные станки, зеркальные стены);

-раздевалки для мальчиков и девочек;

-музыкальное сопровождение (фортепиано);

-костюмы;

-наличие учебного, научно-методического, диагностического, дидактического материала;

-технические средства обучения: мультимедийное оборудование, аудио и видео аппаратура.

Информационное обеспечение

Интернет-источники:

<http://www.alldanceworld.ru>

<http://mirtancev.ru>

<http://autist.narod.ru/stark.htm>

<http://www.first-americans.spb.ru/n5/koi/grindstone.htm>

Кадровое обеспечение

Педагог, осуществляющий образовательную деятельность по программе, должен иметь высшее или среднее специальное педагогическое по специальности «Хореография», знания и опыт работы в области хореографии. Совместно с педагогом в реализации программы участвует концертмейстер.

2. 3. Формы аттестации

Механизм выявления результатов реализации программы.

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).

Система контроля успеваемости и аттестации обучающихся предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Текущий контроль регулярно в рамках расписания.

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

Для учащихся 1 этапа обучения основным методом промежуточной аттестации является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для родителей, концертные выступления обучающихся.

Итоговая аттестации проводится в конце обучения по программе. Процедура оценки эффективности обучения предполагает соотнесение следующих параметров и критериев с уровнями хореографической подготовки.

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.

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
Балетные данные	<ul style="list-style-type: none">• осанка• выворотность• танцевальный шаг• подъем стопы• гибкость• прыжок
Музыкально-ритмические способности	<ul style="list-style-type: none">• чувство ритма• координация движений:• нервная• мышечная• двигательная• музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none">• эмоциональная выразительность• создание сценического образа

2. 4. Оценочный материал

1 год обучения

1. Практический тест по разделу «Музыкальная грамота».
2. Контрольный срез на знание танцевальных терминов.

3. Творческий рассказ на тему «Откуда ты, танец?».
4. Творческие игры на воображение и фантазию: «Снеговик», «Росток», «Тряпичная кукла и оловянный солдатик», «Сахар». Импровизация под музыку.

5. Промежуточная аттестация.

2 год обучения.

1. Устный опрос по разделу «Танцевальные культуры древнейших цивилизаций».
2. Контрольный срез на знание терминов классического и народного танцев.
3. Практический тест на ориентировку в пространстве: точки зала, колона, линия, «лучик», круг, полукруг, пары (тройки, четверки).
4. Промежуточная аттестация.
5. Постановочная практика «В поисках творчества»:
 - «Закончи движение»,
 - «Продолжи движение»,
 - танцевальные импровизации под музыку.

3 год обучения.

1. Устный опрос по разделу «Истоки русского балета».
2. Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце».
3. Практический зачет по основам актерского мастерства.
4. Промежуточная аттестация.
5. Постановочная практика
 - «Зеркало»,
 - составить комбинацию на заданную тему,
 - танцевальная импровизация под музыку.

4 год обучения.

1. Устный опрос по разделам
2. Контрольный срез на знание танцевальной терминологии.
3. Контрольный зачет «Методика исполнения упражнений у станка и на середине».
4. Промежуточная аттестация.
5. Постановочная практика.

5 год обучения.

1. Составление комбинации в классическом стиле,
2. Составление комбинации в народном стиле,
3. Составление танцевальной связки в современном стиле,
4. Танцевальная импровизация на заданную тему.

6 год обучения.

- Задание на определение степени развитости артистических способностей.
Исследовательский проект.
Сольное выступление с элементами импровизации.

2. 5. Методические материалы

1 год обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Гимнастика	Рассказ-беседа, игра Тренировочные упражнения	Практический	Литература, музыкальный материал, магнитофон.	Конкурс-игра
2.	Ритмика	Тренировочное упражнение	Информационное, практическое	Музыкальный центр	Танцевальная зарисовка
3.	Танец	Информационная, практическая	Практические	Музыкальный материал, музыкальный центр. Различные реквизиты.	Танцевальные миниатюры. Показательные выступления.

2 год обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Гимнастика	Рассказ-беседа, игра Тренировочные упражнения	Практический	Литература, музыкальный материал, магнитофон.	Конкурс-игра
2.	Ритмика	Тренировочное упражнение	Информационное, практическое	Музыкальный центр	Танцевальная зарисовка
3.	Танец	Информационная, практическая	Практические	Диски, кассеты, видео материал, магнитофон.	Показательное выступление Танцевальные миниатюры

3 год обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
---	------------------	---------------	---------------	------------------------	-------------------------

1.	Классический танец	Тренировочные упражнения	Информационное, практическое.	Музыкальная литература. Письменные и видео материалы.	Опрос по терминологии, танцевальные этюды.
2.	Народно-сценический танец	Тренировочные упражнения	Информационное, практическое.	Музыкальный материал, музыкальный центр. Различные реквизиты.	Музыкальный материал, музыкальный центр. Различные реквизиты.
3.	Современный танец	Тренировочные упражнения	Информационное, практическое	Диски, кассеты, видео материал, магнитофон.	Показательное выступление Танцевальные миниатюры.
4.	Подготовка репертуара	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	Практический, сравнение, репродуктивный	Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	Конкурс, контрольное занятие, концертное выступление,
5.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	Тренировочные упражнения	Информационное, практическое	Музыкальный материал, музыкальный центр. Различные реквизиты.	Музыкальный материал, музыкальный центр. Различные реквизиты.

4 год обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Классический танец	Рассказ-беседа, Тренировочные упражнения.	Информационное, практическое.	Литература, музыкальный материал, магнитофон.	Танцевальная зарисовка.
2.	Народно-сценический танец	Рассказ-беседа, Тренировочные	Информационное, практическое.	Музыкальная литература. Письменные и видео	Танцевальные миниатюры.

		упражнения.		материалы.	
3.	Современный танец	Рассказ-беседа, Тренировочные упражнения.	Информационное, практическое.	Диски, видео материал, магнитофон.	Показательное выступление Танцевальные миниатюры.
4.	Джазовый танец	Рассказ-беседа, Тренировочные упражнения.	Информационное, практическое.	Музыкальная литература. Письменные и видео материалы.	Танцевальная зарисовка
5.	Подготовка репертуара	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	Практический, сравнение, репродуктивный	Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	Конкурс, контрольное занятие, концертное выступление,
6	Интегрированные занятия с элементами импровизации	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	Практический, сравнение, репродуктивный	Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	Танцевальные миниатюры.

5 год обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Классический танец	Рассказ-беседа, игра Тренировочные упражнения	Практический	Литература, музыкальный материал, магнитофон.	Опрос по терминологии, танцевальные этюды.
2.	Народно-сценический танец	Тренировочные упражнения	Информационное, практическое	Музыкальный центр	Танцевальная зарисовка
3.	Джазовый танец	Информационная, практическая	Практические	Диски, кассеты, видео материал, магнитофон.	Показательное выступление Танцевальные миниатюры
4.	Знакомство с	Рассказ-беседа, игра	Практический	Литература, музыкальный	Показательное

	техникой джаз-модерна.	Тренировочные упражнения		материал, магнитофон.	выступление Танцевальные миниатюры
5.	Подготовка репертуара	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	Практический, сравнение, репродуктивный	Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	Конкурс, контрольное занятие, концертное выступление,
6.	Интегрированные занятия с элементами импровизации	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	Практический, сравнение, репродуктивный	Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	Танцевальные миниатюры.

бгод обучения

№	Название раздела	Формы занятий	Приёмы методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Классический танец	Практическое занятие, беседа.	Объяснение, наглядный, практический.	Фонограммы, магнитофон.	Диагностика
2.	Народно-сценический танец	Практическое занятие, интегрированное занятие.	Объяснение, наглядный, практический, творческий, показ	Фонограмма, аудио и видео аппаратура	Контрольное занятие, постановочная работа.
3.	Брейк	Практическое занятие, интегрированное занятие.	Объяснение, наглядный, практический, творческий, показ	Фонограмма, аудио и видео аппаратура	Контрольное занятие, постановочная работа
4.	Джазовый танец	Практическое занятие, беседа.	Объяснение, наглядный, практический.	Фонограммы, магнитофон.	Контрольное занятие, постановочная работа.
5.	Подготовка	Познавательные	Практический,	Фонограмма, реквизит,	Конкурс, контрольное

6.	репертуара Интегрированные занятия с элементами импровизации	игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно ролевые игры	сравнение, репродуктивный Практический, сравнение, репродуктивный	аудио-видео аппаратура Фонограмма, реквизит, аудио-видео аппаратура	занятие, концертное выступление Танцевальные миниатюры, импровизация
----	---	---	--	--	---

Методические принципы реализации программы

Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).
- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения на хореографическом отделении границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

2. 6. Список литературы

для педагога:

1. Васильева Т. И. Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей. – М. ,1983.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л. : «Искусство», 1980.
3. М. С. Боголюбская. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. – М. , 1986.
4. Методическая разработка «Классический танец»: выпуск 1. – М. : Министерство культуры РСФСР, 1988.
5. Ярмолович Л. Классический танец: методическое пособие. – Л. : Музыка, 1986.
6. Немеровский А. Пластическая выразительность актёра. – М. : Искусство, 1988.

7. Ю. Громова. Работа педагога в детском хореографическом коллективе. – М., 1962.
8. Р. Блок. Методические указания в помощь начинающему педагогу. – М., 1972.
9. П. Карп. Младшая муза. – М., 1997.
10. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музична Україна, 1985.
11. Вендрова Т.Е., Пигарева И.В. «Воспитание музыкой» Москва «Просвещение» 1991г.
12. Смирнов И. Искусство балетмейстера. - М.: Просвещение, 1986.
13. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» Москва 2003г.
15. Шевцов Е. Эстетическое воспитание: пути и проблемы. – М.: Знание, 1988.
16. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.-150с.
17. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001.-154 с.
18. Сидоров В. Современный танец.-М.: Первина, 1992. -300 с.
19. Шереметьевская Н. Танец на эстраде.-М.-Искусство, 1985. -260 с.
20. Гиршон А.С. Импровизация и хореография, статья в альманахе «Танцевальная импровизация» М, 1999 г.
21. Бахто С.Е. Ритмика и танец. М, 1984 г.

Список литературы для детей и родителей.

1. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». Москва 1968г.
2. Барышникова Т.А. «Азбука хореографии». Москва 2000г
3. Книга для родителей. «Мудрость воспитания»:– М.: Педагогика, 1989.
4. Дорога к танцу. – М.: Планета, 1989.
5. Н.В. Зарецкая «Танцы для детей младшего дошкольного возраста»
6. Е.А. Пинаева «Детские образные танцы»
7. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
8. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
9. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
10. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
11. Танцы для детей. – М., 1982
12. Танцы – начальный курс. – М., 2001
13. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
14. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
15. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
16. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Терминологический словарь

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

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

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

Арабеск – основная поза классического танца.

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

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

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

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

Дем и гранд плие – маленькие и большие приседания.

Деятельность – форма психической активности.

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

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

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

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

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

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

Компетентность – уровень образованности личности.

Координация – соответствие и согласие всего тела.

Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.

Кульминация – постепенное нагнетание действия.

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

Мотивация – совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

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

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

Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

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

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

Практика – материальная, целенаправленная деятельность человека.

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

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

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

Познавательная деятельность – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая используется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

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

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

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

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

Релеве – поднимание на пальцах.

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

Ритмика – выразительное движение тесно связанное с музыкой.

Роль – образ, воплощенный в сценической версии.

Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.

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

Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.

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

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

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

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

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

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

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

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

Умение – освоенный способ выполнения действия.

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

Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.