

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя школа № 2 п. Усть-Камчатск»

Дополнительная образовательная программа по хореографии
«Мир танца»
хореографического объединения «CORDE»

Срок реализации 10 лет

Разработал:
педагог дополнительного образования
первой категории
Попова Ирина Викторовна

2014 год
п. Усть – Камчатск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. В глубокое прошлое уходит история танца, но и сейчас, на пороге третьего тысячелетия, интерес к этому прекрасному виду искусства не угасает.

Занятия танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Движение - естественная потребность человека с момента его развития. По мнению психологов, ребёнок – деятель! И деятельность его, прежде всего в движении. Ж.Ж. Руссо писал, что для детей движение – это средство познания окружающего мира. Академик М.Н. Амосов назвал движение «первичным стимулом для ума ребёнка». Гигиенисты и врачи считают, что движение – это предупреждение разного рода болезней: сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы. Дети по природе своей подвижны, восприимчивы к музыке, не скрывают своих эмоций, для них танец - естественное состояние души и тела. Он помогает детям раскрепостить внутренние силы, дает выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяет почувствовать свою национальную принадлежность.

Танец раскрывает красоту человеческого тела, музыкальные, физические и эстетические качества. Помимо всего сказанного, искусство танца достойно выполняет роль воспитателя, способствует приобщению детей к художественному созиданию, повышает их трудолюбие, закаляет волю, характер, обогащает и поднимает человека на высшую ступень морального и духовного развития.

Современная хореография соединила в себе технику классического балета, народного и бального танца, образовав такие направления как модерн, хип-хоп, брэйк и т.д.

Синкретичность (сочетание и слияние) танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

В эпоху технического прогресса все чаще идет разговор о сохранении классического наследия – отечественных и мировых культурных ценностей, об умении понимать и ценить их красоту и совершенство. Только наши дети могут сохранить и передать потомкам накопленный опыт предыдущими поколениями.

Школа – это одна из начальных ступенек в развитии личности человека. И основная цель общеобразовательного учреждения – воспитание всесторонне развитой личности.

Богатый внутренний мир, наполненность чувств, творческая фантазия, воображение, одухотворенность – вот составные рождения хореографического образа. Хореография требует высокой дисциплины и самодисциплины, эта деятельность осуществляется в коллективе. Кроме того, хореография – это физический труд, который воспитывает в детях общение со сверстниками, педагогом, окружающим миром.

А разве может быть труд – основа основ жизни – без точных, развитых движений. Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие.

Программа хореографического объединения «Corde» нацелена на удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей детей, создание условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся мире и приобщении к культурным ценностям. Особенно приятно отметить, что количество детей и подростков, желающих постичь красоту и поэзию танца, прикоснуться к его истокам с каждым годом увеличивается.

Основу данной программы составляют педагогические идеи и принципы выдающихся хореографов нашей страны - Устиновой Т.А., Моисеева И.А., Боголюбской М.С., которые считают, что основополагающими музыкально-педагогическими методами являются - знание искусства народа и законов сценической жизни танцев, а также создание образа танца.

Программа составлена с учетом требований предъявляемых к программам дополнительного образования, на основе последних достижений и исследований музыкального творчества, педагогической практики, с использованием типовой программы М.С Боголюбской «Хореографический кружок» (Для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ). М, «Просвещение», 1987.

Основой Программы является авторская педагогическая концепция, главный принцип которой — создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка, раскрытие творческой личности ребёнка средствами хореографического искусства.

Программа хореографического объединения «Corde» предполагает постепенное расширение и глубокое усвоение теории и практики путём прохождения по годам обучения и рассчитана на 10 лет для детей от 7 до 17 лет с учётом возрастных и психологических особенностей личности каждого ребёнка. Данная программа предназначена для трёх возрастных групп обучающихся. Первая – это младшая возрастная группа (1-4 класс) – срок обучения 3 года, вторая – это средняя возрастная группа (5-8 класс) – срок обучения 4 года, третья - это старшая группа (9-11 класс) – срок обучения 3 года. Обучающиеся начинают заниматься с 7 лет и из младшей группы переходят в среднюю, затем в старшую возрастную группу.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Художественно-эстетическое обучение и воспитание личности принадлежит к числу непреходящих проблем. Оно осуществляется на протяжении всей жизни человека, независимо от возраста, трансформируется на жизненном пути, ибо каждый исторический этап развития общества, формируя свой идеал, предъявляет к человеку новые, более высокие требования.

Активизация внимания к вопросам творчества особенно важна в переломные, переходные моменты истории, что, в частности, характеризует современную социокультурную ситуацию, поскольку созидательная творческая энергия масс позволяет преодолевать всевозможные трудности, намечать новые, неожиданные цели, обеспечивать большую свободу выбора. Поэтому способствовать развитию креативной личности во всем ее богатстве и разнообразии, создавать условия для наиболее полной и успешной творческой реализации — одна из первоочередных задач современной системы дополнительного образования.

Современная педагогическая наука рассматривает искусство как одно из ведущих образовательных воздействий, способствующих развитию духовного потенциала, формированию оптимистического мировоззрения, влияющих на формирование личности ребенка. Среди множества форм эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление, фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

По данным медицинских исследований (Л.В. Баль, С.В. Баркановой, И.В. Звездиной, А.Г. Ильина и многих др.) за последнее десятилетие произошел заметный рост частоты нарушений соматического здоровья среди детей, вступающих в подростковый период и подростков старшего возраста. Ученые утверждают, что ухудшение здоровья детей является не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. Соответственно, наряду с решением образовательных, воспитательных и развивающих задач, стоящих в процессе эстетического воспитания и обучения детей, я считаю необходимым, приобщая детей к прекрасному, сохранять и укреплять здоровье подрастающего поколения, на что непосредственно направлены и занятия хореографией.

Изучение накопленного теоретического и практического педагогического опыта в области эстетического воспитания средствами искусства, а также изучение возможностей хореографического искусства в формировании и развитии личности ребенка позволило мне выделить особую актуальность изучаемого вопроса. В связи с выше сказанным, существует необходимость в осмыслении процесса художественно-эстетического воспитания детей средствами хореографии с учетом требований современного общества.

В этой связи особую актуальность приобретает научное обоснование, и опытно-экспериментальная апробация разработанной мною интегративной программы «Мир танца» и основанную на ней систему занятий по хореографии, направленную на художественно-эстетическое обучение и воспитание детей 7-17 лет средней общеобразовательной школе.

Теоретическую основу программы составили труды философско-эстетической и художественно-психологической направленности о роли искусства, хореографии как синтетического вида искусства в развитии личности, ее творческого потенциала, представленные в работах Далькроза, И.А. Герасимовой, Д.Б. Богоявленской, Л.С. Выготского, В.М. Годовского, С.С. Гольдентрихт, И.О. Дубник. Основу данной программы составляют педагогические идеи и принципы выдающихся педагогов и практиков хореографического искусства - А.Я. Вагановой, М.С. Боголюбской, А.А. Борзова, А.А. Климова, В.С. Костровицкой, И.А. Моисеева, Т.С. Ткаченко, Т.А. Устиновой, В.Ю.Никитина и др.

Программа нацелена на удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей детей, создание условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся мире и приобщении к культурным ценностям.

НОВИЗНА И ОРИГИНАЛЬНОСТЬ данной программы заключается в специально организованном комплексном обучении и воспитании, основанном на изучении хореографии (ритмические занятия, классической, народной, современной) и сопутствующих предметов (партерная гимнастика, акробатика, актерское мастерство, этика, эстетика, биомеханика, гигиена), основанных на традиционно сложившихся формах и методах обучения и воспитания (занятие, беседа, практические упражнения, творческие задания и т. д.) и инновационных (проблемный метод, видеометод, участие в концертных программах и т.д.), которые позволяют реализовать образовательную, развивающую и воспитывающую функции обучения.

Разработка инструментария осуществлялась с опорой на положения культурологического, личностно-деятельного, контекстного, индивидуально-творческого подходов, что позволяет осуществлять личностную ориентацию образовательного процесса через создание определенных педагогических условий, способствующих развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями.

ОТЛИЧИТЕЛЬНОЙ ЧЕРТОЙ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ является то, что данная программа реализуется в специально созданных педагогических условиях (залах и сценах, оснащенных станками, зеркалами, свето- и звукотехникой), способствующих развитию эстетического восприятия, представления; формированию эстетической оценки; а также включает в себя подобранные активные формы обучения на основе интеграции разнообразных форм деятельности (ознакомление с классическими балетами,

современными хореографическими коллективами, с танцевальной, музыкальной культурой народов мира, создание эскиза костюма, грима, прически к танцу; сочинение ролевого сюжета танца и т. д.), ведущих к развитию неординарного мышления, творческой активности, способствующих повышению самооценки ребенка, придавать уверенность в собственные силы и возможности.

Особенностью программы «Мир танца» является личностно-ориентированный учебно-воспитательный процесс, опирающийся на возрастные и психофизиологические возможности детей 7-17 лет, базирующийся на постепенном расширении и существенном углублении знаний, развитии умений и формировании устойчивых навыков у обучающихся, путем последовательного прохождения по схеме обучения по принципам от простого к сложному, систематичности, наглядности, что позволяет не только совершенствовать исполнительское мастерство, но и укреплять физическое и психологическое здоровье обучающихся, вести здоровый образ жизни, формировать активную жизненную позицию.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСОБРАЗНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Заключается в том, что, представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность обучающемуся попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации. Долгосрочность программы позволяет решать вопросы до профессиональной подготовки.

Разработанная опытно-экспериментальным путем проверенная система занятий по хореографии позволяет повысить эффективность художественно-эстетического развития обучающихся 7-17 лет в условиях дополнительного образования, что в свою очередь способствует наилучшему результату обучения.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ - создание педагогических условий для наиболее полного раскрытия и реализации хореографических способностей и профессионального самоопределения обучающихся, раскрытие индивидуальных возможностей и развитие творческих способностей детей, саморазвитие и самовыражение личности ребенка путём образного мышления через танец и музыку, адаптация к условиям современной жизни.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- Развивающая, личностная – развитие стойкого интереса у школьников к хореографическому искусству, а так же художественно-творческих

способностей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных способностей;

- Обучающая, профессиональная – освоение детей ритмики, основ хореографии и приобретение ими базовых знаний, качеств, навыков исполнительства с учетом возрастных особенностей;
- Воспитательная, общекультурная – расширение кругозора, образно-художественного восприятия мира, воспитание общей культуры, коллективизма и гуманизма.
- Формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребенка;
- Ознакомление детей с историей возникновения и развития хореографического искусства;
- Поэтапное овладение детьми каждой возрастной группы (по принципу нарастающего интереса) ритмикой, основами современного, народного и классического танца с элементами свободной пластики в образно-ассоциативной, эмоциональной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал;
- Развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- Формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-объединение»);
- Развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала.

КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ

Систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному), поэтапность, учёт психофизиологических и возрастных особенностей, индивидуализация, наглядность, научность, сознательность, активность, связь теории с практикой, межпредметность (интегративность связей), актуальность, результативность. Программа опирается на новейшие современные зарубежные педагогические идеи: «фьюжена» (сплав нескольких видов пластических направлений), «тьютерства» (практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»).

Последовательная долгосрочная программа позволяет всесторонне представить основной курс современного танца и хореографии в цикле художественно-эстетического воспитания. С каждым годом содержание урока

усложняется, но позволяет не форсировать конечные итоги, а предусматривает многократное повторение пройденного материала.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Предполагаемая программа ориентирована на работу с детьми 7-17 лет), независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Обучение проводится в 3 этапа. Продолжительность занятий: для групп 1 - 4 годов обучения - 2 раза в неделю по 2 часа, 5 - 10 годов обучения – 3 раза в неделю по 2 часа: классический танец 1,5 часа в неделю, народный танец – 1,5 часа в неделю, современный танец -1 час в неделю, репетиционные и постановочные работы - 2 часа в неделю.

Первый этап (подготовительный) длится 3 года и рассчитан на обучающихся 7-10 лет. В это время решаются следующие задачи: развиваются физические, совершенствуются двигательные навыки, развиваются способности самовыражения посредством танца, обучающиеся осваивают основы ритмики, музыкально - подвижных игр, основы классического, народного и современного танцев, несложных элементов историко-бытовых и бальных танцев. На основе проученных движений и с учётом возрастных особенностей обучающихся подбирается танцевальный репертуар и проводится постановочно-репетиционная работа.

К концу первого этапа обучающиеся владеют двигательными навыками, исполняют хореографические этюды, различают особенности медленных и быстрых танцев, могут слышать и понимать значения вступительных и заключительных аккордов в упражнениях.

Второй этап (основной) длится 4 года и рассчитан на обучающихся 11-14 лет. На этом этапе совершенствуются полученные знания, продолжается изучение классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых, народных и массовых бальных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями. Продолжение начатой на первом этапе работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации. Этим этапом завершается так называемый танцевальный всеобуч - развитие и формирование творческого потенциала, повышение техники исполнения танца обучающимися. На этом этапе составляются индивидуальные планы работы с одаренными детьми.

К концу обучения в этом периоде учащиеся свободно владеют корпусом, движением рук, головы, повышают культуру выразительного исполнения танцев, этюдов, комбинаций, участвуют в исполнении трюков, прыжков.

Третий этап (итоговый) длится 3 года, возраст обучающихся 15-17 лет. Предполагает специализированные занятия для обучающихся, проявивших определенные способности к танцу. Совершенствуя свои знания, обучающиеся активно осваивают репертуар. Педагог на этом этапе осуществляет самостоятельные постановки, либо прибегает к помощи специальной

литературы и видеоматериалов. Задачи: ориентирование на успех, совершенствование исполнительского и актерского искусства, пробуждение интереса к профессии, подготовка к поступлению в специальное учебное заведение.

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционно-постановочной работы развивается техника исполнения новых танцевальных композиций, разучиваются новые танцевальные движения, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется актерское мастерство.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на 10 лет обучения. Работа хореографического объединения строится на стабильных и периодичных учебных занятиях, которые проходятся:

- младшая группа 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час 30 мин.);
- средняя группа 2 раза по 2 академических часа в неделю (академический час 45 мин.);
- старшая группа 3 раза по 2 академических часа в неделю (2 занятия учебных и 1 репетиционное).

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Содержание программы основывается на следующих педагогических принципах образования: демократизации, гуманизации, природосообразности (т.е. соответствие и следование практики человека объективным законам природы, ещё называют научностью), культуросообразности, педагогики сотрудничества, дифференциации и индивидуализации.

Значительная часть программы посвящена азбуке музыкального движения. Сюда входят различные виды ходьбы, знакомство с рисунками танцев, упражнения и игры, развивающие гибкость, музыкальность, координацию и ориентацию в пространстве, что подготавливает детей к исполнительской деятельности. В программу также включены современные, бальные, сюжетные, игровые и народные танцы, развивающие в детях эмоциональность, воображение, актёрское мастерство.

Программа не ставит своей целью выучить и натренировать детей до профессионального уровня. Но открыть перед учащимися мир танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства, научить элементарным основам танца, т.е. создать фундамент для более серьезного увлечения, представляется необходимым.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку, устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье;
- Формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать;
- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- Обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностного взаимодействия;
- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- Развивает творческие способности детей;
- Воспитывает коммуникативные способности детей.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе общего дополнительного образования детей.

Данную образовательную программу можно классифицировать следующим образом:

- по целевому назначению – общекультурная;
- по содержанию и видам деятельности – профильная;
- по степени авторства – творческая;
- по срокам реализации – 10 лет;
- по уровню развития детей – общая.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПОСТРОЕНИЕ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ

Структура программы предполагает постепенное, спиральное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков обучающихся, более глубокое усвоение материала путём последовательного прохождения по годам обучения с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Схема построения занятия: поклон, разминка, партерная гимнастика, занятия у станка на середине, отработка танцевальный движений. В зависимости от года обучения, различно содержание и время, отведенное на каждую из частей занятий. Характер вида деятельности: 1-3 года обучения - подражательная, познавательная и практическая деятельность; 4-10 года обучения - поисковая, творческая, коммуникативная.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В программе использованы следующие формы занятий: **мелкогрупповая, групповая** (группы формируются с учетом возраста детей, различаются по половому признаку; состав группы от 10 до 12 человек; группа может состоять из участников какого-либо танца или этюда); **коллективная** (форма применяется для проведения сводных репетиций, ансамблей, постановок танцев, где, например, задействовано несколько возрастных групп); **индивидуальная** (работа с солистами, наиболее одаренными детьми; такая форма необходима для детей, не усвоивших учебный материал).

ПРИЁМЫ И МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для создания условий раскрытия и развития творческого потенциала обучающихся, формирование у них устойчивой мотивации к занятиям хореографией и достижение ими высокого творческого результата используются различные методы работы:

1. Методы, направленные на приобретение знаний:

- словесный (устное изложение, беседа, дискуссия и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, практический показ педагогом);
- практический (упражнения);
- создание продукта художественной деятельности.

2. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками:

- целостного упражнения;
- расчлененного упражнения;
- методы закрепления изучаемого материала: многократный повтор учебного материала, беседа.

3. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развития физических качеств:

- игровой;
- соревновательный;
- самостоятельной работы: домашние задания по осмыслению и усвоению нового материала, работа с литературой.

4. Методы проверки и оценки знаний, умений и навыков:

- повседневное наблюдение за работой участников;
- устный опрос;
- контрольный;
- открытый урок;
- выставление поурочного балла.

В процессе реализации программы применяются как традиционные, так и инновационные методы.

Традиционные методы: практический, словесный: рассказ, объяснение, лекция, беседа; метод иллюстрации и демонстрации при устном изложении изучаемого материала; беседа; методы самостоятельной работы.

Инновационные методы: метод проблемного обучения, частично-поисковый (эвристический метод), исследовательский, методы развития межличностного общения в коллективе, в процессе создания коллективного творческого продукта; технология обучения в сотрудничестве, технология проектного обучения, здоровьесберегающие технологии.

ВИДЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Основными формами подведения итогов для всех лет обучения являются:

- текущая диагностика знаний, умений и навыков после изучения тем программы;
- тестирование, опрос, анкетирование.

Основная форма подведения годовых итогов: собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, открытые и зачетные занятия (по полугодиям), открытые и зачетные занятия для родителей (по полугодиям), творческий отчет с участием всех возрастных групп (конец учебного года), участие учащихся в конкурсах разного уровня.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Сравнение и анализ выполняемых упражнений, итоговый анализ полученных умений и навыков учащихся за период обучения.

Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы:

личностные: готовность и способность к саморазвитию, развитие творческого мышления, памяти, воображения, умения выразить чувства посредством пластики движений; мотивация к обучению и познанию, формирование общей культуры, научиться понимать значимость и возможности коллектива и свою ответственность перед ним;

метапредметные: развитие коммуникативных способностей, активности, сообразительности, умения импровизировать, двигаться под музыку, формирование представлений о танцевальной культуре, развитие профессионального интереса;

предметные: в результате обучения, учащиеся будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объеме данной программы; научиться чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения, и в соответствии с ними разработанные формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, различных творческих конкурсах, активное гастролерование, поступление в хореографические учебные заведения.

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Занятия должны проводиться в танцевальном классе, имеющим пригодные для танца полы, балетные станки (палки), зеркала, музыкальное оборудование (музыкальный центр, DVD, телевизор), соответствующим требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам; необходимо наличие определённой формы и обуви для занятий; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений и реквизитом. Класс должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Кадровое обеспечение (педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование в сфере хореографического искусства, художественного творчества, а также обладать необходимыми знаниями в области педагогики и возрастной психологии).
2. Программно-методическое обеспечение.
3. Обязательное посещение занятий, дополняемых разнообразными формами внеклассной работы с обучающимися.
4. Привлечение родителей.
5. Максимальное использование наглядности, технических в организации занятий.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

Для реализации данной программы необходимо:

1. Большой светлый танцевальный зал с зеркалами и станками;
2. Тренировочная форма учащихся:
 - девочки - купальник, балетки или чешки;
 - мальчики - шорты или трико, чёрная футболка, балетки или чешки;
 - для занятий партерной гимнастикой необходим коврик размером 0,5 м. х 1 м.;
3. DVD-плеер;
4. Музыкальный центр;
5. ЖК-телевизор.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПОСЛЕ 3-ЭТАПНОГО ОБУЧЕНИЯ ОБУЧАЮЩИЙСЯ ДОЛЖЕН

1. Знать основы современного, народного и классического танца в терминах и упражнениях.
2. Определять, чувствовать и ощущать музыкальный ритм.
3. Научиться базовым двигательным навыкам.
4. Знать определенные приемы, связки движений в различных жанрах танца.
5. Импровизировать и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.
6. Показать в своем выступлении наиболее точно выраженный пластический хореографический образ, смысл и содержание танца.
7. Основы истории танца.
8. Основы истории костюма.
9. Особенности национального фольклора.
10. Особенности репертуара профессиональных ансамблей: «Березка», ансамбль И. Моисеева, ансамбль им. Александрова.
11. Уметь:
 - выполнять различные движения в соответствии с характером танца;
 - работать в коллективе;
 - уметь танцевать сольные партии.
12. Владеть:
 - основными элементами классического танца;
 - характерными элементами русского народного и национальных танцев;
 - сложными техническими и акробатическими элементами танца;
 - основами актерского мастерства;
 - умением держаться на сцене;
 - полностью освоить репертуар объединения «Corde».

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕСТИРОВАНИЯ

1 год обучение

1. Что такое хореография?
2. Какая бывает гимнастика?
3. Как занятия хореографией влияют на организм?
4. Что такое партерная гимнастика?
5. Что такое хоровод?
6. Какие предметы используют в танце?

2 год обучения

1. Что влияет на здоровье?
2. Что такое танец?
3. Танцевальные направления?

4. Какие физические качества мы развиваем на занятиях?
5. Техника безопасности на занятиях хореографией?
6. Сколько позиций рук в хореографии?
7. Сколько позиций ног в хореографии?

3 год обучения

1. Здоровый образ жизни включает в себя?
2. Что включает в себя занятие хореографией?
3. Какие русские народные танцы ты знаешь?
4. Какие танцы разных народов ты знаешь?
5. Что такое гибкость?
6. Что такое выносливость?
7. Назови 3 игры на внимание.

4 год обучения

1. Здоровье – это:
 - а) отсутствие болезней;
 - б) отсутствие физических недостатков;
 - в) состояние полного духовного, физического, социального благополучия;
2. Как определить уровень нагрузки во время занятия?
3. Чем балет отличается от гимнастики?
4. Какие продукты питания лучше употреблять до и после тренировки?
5. Питьевой режим до и после занятий.
7. Хореография - это:
 - а) искусство танца;
 - б) искусство движения;
 - в) искусство гимнастики;
8. Танец это:
 - а) вид искусства;
 - б) вид пластики;
 - в) жанр искусства
9. Танцевальные направления:
 - а) балет;
 - б) рок-н-ролл;
 - в) аргентинское танго

5 год обучения

1. Экзерсис это:
 - а) комплекс тренировочных упражнений;
 - б) комплект танцевальных движений;
 - в) комплекс партерной гимнастики
2. Экзерсис делается возле:
 - а) брусьев
 - б) палки
 - в) станка
3. Что такое партерная гимнастика:
 - а) растяжка у станка;

- б) разминка по кругу;
- в) комплекс упражнений, направленный на развитие всех без исключения групп мышц
- 4. Деми плие это:
 - а) двойной удар ноги о ногу;
 - б) поворот ноги;
 - в) маленькое приседание
- 5. Гран плие это:
 - а) бросок ноги;
 - б) большое приседание;
 - в) взмах руки
- 6. Батман тендю это:
 - а) большой бросок ноги;
 - б) прыжок;
 - в) отведение и приведение вытянутой ноги, выдвижение ноги
- 7. Батман тендю жете это:
 - а) круговые движения руки;
 - б) бросок ноги скользя по полу, чуть приподнимая на 25°
 - в) фуэте

Учебно-тематический план 1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес ких	Практичес ких
	Введение	2	1	1
1.	Азбука музыкального движения	70	12	58
1.1.	Ориентация в пространстве	14	2	12
1.2.	Знакомство с понятием рисунок танца	14	2	12
1.3.	Темп и динамические оттенки в музыке	14	2	12

1.4.	Упражнения на развитие координации движений, дыхательная гимнастика.	28	6	22
2.	Партерная гимнастика	68	9	59
2.1.	Упражнения для развития стопы	8	1	7
2.2.	Упражнения для укрепления мышц спины	12	2	10
2.3.	Упражнения на развитие и укрепления мышц пресса	12	2	10
2.4.	Упражнения для развития гибкости	12	2	10
2.5.	Упражнения для развития верхней и нижней выворотности	12	2	10
3.	Музыкально - игровые упражнения	12	-	12
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	144 ч.	23 ч.	121 ч.

Содержание программы 1-года обучения

Введение

Теория. Встреча и беседа с родителями о комплектовании группы. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы и формы занятий. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Сбор персональных данных, медицинских справок о состоянии здоровья ребёнка.

Практика. Начальная диагностика ЗУН учащихся (просмотр детей)

Уровень физических данных оценивается по 5-балльной системе:

ФИО учащегося	Год рождения	Верхняя\нижняя выворотность	Стопа	Шаг	Прыжок	Музыкальный слух	Гибкость
------------------	-----------------	--------------------------------	-------	-----	--------	---------------------	----------

Раздел 1: Азбука музыкального движения

Тема 1.1. Ориентация в пространстве.

Теория. Значение и особенности пространственно-музыкальных упражнений в хореографии. Знакомство с «точками» танцевального зала.

Практика. Комплекс упражнений с использованием различных шагов (с носка, с пятки, с поднятием колена). Пространственно-музыкальные упражнения. Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно. Построение в диагональ, две диагонали. Построение в круг, сужение и расширение круга. Целью занятий по ритмике является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального

восприятия и представлений о выразительных средствах музыки. Первый год обучения рассчитан на детей, прошедших курс первого года обучения и вновь прибывших.

- Игроритмика.
- Игрогимнастика.
- Пластические и ритмические этюды.

Тема 1.2. Знакомство с понятием рисунок танца.

Теория. Расположение и перемещение танцующих по сценической площадке. Виды рисунков танца.

Практика. Упражнения, направленные на изучение различных рисунков (колонна, шеренга, круг, два круга, полукруг, круг в круге), виды перестроений. Марш по кругу, ходьба и бег со сменой размеров и темпов.

Тема 1.3. Темп и динамические оттенки.

Теория. Слушание музыки. Значение темпа и динамических оттенков в хореографии.

Практика. Выполнение упражнений с изменением темпо-ритма и динамики (медленный шаг, быстрый бег, шаг на полупальцах, пятках, с высоко поднятыми коленями, прыжки на двух ногах вперед, назад, в сторону). Упражнения с хлопками, передающие ритмический рисунок музыки.

Тема 1.4. Упражнения на развитие координации движений. Дыхательная гимнастика.

Теория. Виды упражнений на развитие координации движений. Дыхание и хореографические упражнения. Носовое дыхание и его значение для здоровья человека.

Практика. Упражнения на середине зала:

- повороты головы вправо, влево, вниз- вверх, наклоны; повороты головы вместе с корпусом, круговые движения;
- работа плеч: по очереди, вместе с поворотом корпуса, «догонялки» и т. д.;
- упражнения для рук (положения в сторону, на поясе, на уровне плеч, круговые движения кисти (волна, фонтан, «зернышко растет»);
- упражнения для ног: подъем на полупальцы с переходом на пятки, чередование приседания с подъемом на полупальцы, приседания по 6-й позиции на 4 счета вниз и вверх, поднимание ноги, согнутой в колене, с разворотом бедра, с точкой верхней позиции, с руками («петушок добрый, сердитый»), приставной шаг в сторону вперед-назад, в сторону с подъемом на полупальцах, с приседанием, с разворотом корпуса («танец куклы»); притопы по 6-й позиции («мишка танцует», галоп, галоп с точкой на 4 счета, на 8, в парах, по кругу.
- дыхательные упражнения: «нюхаем воздух»: «вдох - выдох».

Раздел 2: Партерная гимнастика.

Тема 2.1. Упражнения для развития стопы.

Теория. Правила выполнения упражнений для развития стопы.

Практика. Сокращение, вытягивание стоп в 6-й позиции из положения сидя и лежа; круговые движения от себя к себе, по очереди правой и левой ногой. Лежа на животе стопы в 1-й, 2-й позиции, вытягивание и сокращение стопы («Птичка»), упражнения для развития и укрепления подъёма.

Тема 2.2. Упражнения для укрепления мышц спины.

Теория. Правила выполнения упражнений для укрепления мышц спины.

Практика. Постановка корпуса («Черепашка»), наклоны корпуса вперед («Складочка») с вытянутыми и сокращенными стопами, с раскрытыми в сторону ногами (2-я позиция ног). «Улитка» - ноги заводятся за голову и медленно опускаются. Упражнения, лежа на животе (руки во 2й позиции): «Самолетик», «Кораблик», «Коробочка», «Рыбка плышет».

Тема 2.3. Упражнения на развитие и укрепления мышц пресса

Теория. Правила выполнения упражнений на развитие и укрепление мышц спины

Практика. Упражнение «Велосипед» со сменой музыкального ритма (быстро, медленно), акробатические упражнения «Березка», «Уголочки» (с различными комбинациями).

Тема 2.4. Упражнения для развития гибкости

Теория. Методика выполнения упражнений для развития гибкости.

Практика. Из положения сидя, упражнение «Добрая - злая кошечка», подготовка к мостику, «Коробочка», «Кораблик».

Тема 2.5. Упражнения для развития верхней и нижней выворотности.

Теория. Правила выполнения упражнений для развития верхней и нижней выворотности.

Практика. Упражнение «Лягушка» из положения сидя, лежа на спине, на животе, поза «Лотос». Этюд «Танцующие лягушата».

Тема 2.6. Музыкально-игровые упражнения. Уроки актёрского мастерства.

Теория. Методика выполнения музыкально-игровых упражнений. Техника работы с мимикой лица (просмотр фото-видео материалов).

Практика. Развивающие игры: «Кошки-мышки», «Жуки», «Чей кружок быстрее соберется», «Гуси-гуси», «Найти себе пару», «Давай познакомимся», «Веселый поезд», «Птичка в клетке», «Плеть». Этюды на развитие артистичности («Мы грустим», «Нам весело» и т.д.)

Раздел 3: Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации учащихся.

Практика. Открытое занятие для родителей

Прогнозируемые результаты

По окончании первого года обучения учащиеся должны:

знать:

- время проведения занятий, приходить на занятия в определённой форме, правила поведения на занятиях;
- программный материал подготовительного этапа;

уметь:

- ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, отмечать в движении сильную долю такта, простейший ритмический рисунок в хлопках;
- правильно пройти в такт музыки, сохраняя осанку;
- чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного);
- изобразить в танцевальном движении животных или другие образы;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти (веселый котенок, грустный зайчик);
- грамотно выполнять движения партерной гимнастики.

Учебно-тематический план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количес тво часов	В том числе:	
			Теоретичес ких	Практичес ких
	Введение	2	1	1
1.	Азбука музыкального движения	64	12	52
1.1.	Ориентация в пространстве, точки класса (1-8)	12	2	10
1.2.	Рисунок танца, виды перестроений	12	2	10
1.3.	Темп и динамические оттенки в музыке	12	2	10
1.4.	Упражнения на развитие координации движений	28	6	22

2.	Партерная гимнастика	44	7	37
2.1.	Упражнения на растяжку	8	1	7
2.2.	Упражнения для укрепления мышц спины, пресса	12	2	10
2.3.	Развитие гибкости в гимнастических упражнениях	12	2	10
2.4.	У п р а ж н е н и я н а у к р е п л е н и е тазобедренного сустава	12	2	10
3.	Детский танец	10	2	8
4.	Ритмика	10	2	8
5.	Музыкально - игровые упражнения, уроки актёрского мастерства	10	2	8
6.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	144 ч.	27 ч.	117 ч.

Содержание программы 2-года обучения

Введение

Теория. Встреча и беседа с родителями о комплектовании группы. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы и формы занятий. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Сбор персональных данных, медицинских справок о состоянии здоровья ребёнка.

Практика. Посещение занятий в старших группах.

Раздел 1: Азбука музыкального движения.

Тема 1.1. Ориентация в пространстве.

Теория. Значение и особенности пространственно-музыкальных упражнений в хореографии. Знакомство с «точками» танцевального зала.

Практика. Комплекс упражнений с использованием различных шагов (с носка, с пятки, с поднятием колена). Пространственно-музыкальные упражнения. Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно. Построение в диагональ, две диагонали. Построение в круг, сужение и расширение круга. Целью занятия ритмики является развитие слуха, чувства ритма, формирование музыкального восприятия и представлений о выразительных средствах музыки. Знакомство с точками класса по методике А. Я. Вагановой. Второй год обучения рассчитан на детей, прошедших курс первого года обучения и для вновь прибывших.
- Игроритмика.

- Игрогимнастика.
- Пластические и ритмические этюды.

Тема 1.2. Знакомство с понятием рисунок танца.

Теория. Рисунок танца - составная часть композиции хореографического произведения. Простой и многоплановый, основной и второстепенный рисунок танца.

Практика. Упражнения с изучением различных рисунков (колонна, шеренга, круг, два круга, полукруг, круг в круге), виды перестроений. Пример, хороводы - где выразительным средством является рисунок танца.

Тема 1.3. Темп и динамические оттенки.

Теория. Слушание музыки. Значение темпа и динамических оттенков в хореографии.

Практика. Выполнение упражнений с изменением темпо-ритма и динамики движений (медленный шаг, быстрый бег, шаг на полупальцах, пятках, с высоко поднятыми коленями, прыжки на двух ногах вперед, назад, в сторону). Упражнения с хлопками, передающие ритмический рисунок музыки.

Тема 1.4. Упражнения на развитие координации движений.

Теория. Понятие координация движений рук, головы, корпуса. Виды упражнений на развитие координации движений.

Практика. Упражнения на середине зала:

- повороты головы вправо, влево, вниз-вверх, наклоны; повороты головы вместе с корпусом, круговые движения;
- работа плеч: по очереди, вместе с поворотом корпуса, «Догонялки» и т. д.;
- упражнения для рук (положения в сторону, на поясе, на уровне плеч, круговые движения кисти (волна, фонтан, «Зернышко растет»);
- упражнения для ног: подъем на полупальцы с переходом на пятки, чередование приседания с подъемом на полупальцы, приседания по 6-й позиции на 4 счета вниз и вверх, поднимание ноги, согнутой в колене, с разворотом бедра, с точкой верхней позиции, с руками («Петушок добрый, сердитый»), приставной шаг в сторону вперед-назад, в сторону с подъемом на полупальцах, с приседанием, с разворотом корпуса («Танец куклы»); притопы по 6-й позиции («Мишка танцует»), галоп, галоп с точкой на 4 счет, на 8, в парах, в двух кругах.

Упражнение «Лесенка» изучается первоначально руками на 8 счётов с последующим увеличением темпа музыки, затем соединяется с прыжками, также на 4 счёта, на 2 счёта.

Раздел 2: Партерная гимнастика.

Тема 2.1 Упражнения на растяжку.

Теория. Правила выполнения упражнений на растяжку, для развития шага.

Практика. Упражнение «Складочка» с вытянутыми и сокращёнными стопами, с раскрытием ног в сторону и боковыми наклонами, с подъёмом корпуса из положения сидя с упором на всю стопу, отведением ног в сторону поочерёдно, подъём ноги на 45 °, 90°, большие броски, подготовка к шпагату, шпагат.

Тема 2.2. Упражнения для укрепления мышц спины.

Теория. Правила выполнения упражнений для укрепления мышц спины.

Практика. Постановка корпуса («Черепашка»), наклоны корпуса вперед («Складочка») с вытянутыми и сокращёнными стопами, с раскрытыми, в сторону ногами (2-я позиция ног). «Улитка» - ноги заводятся за голову и медленно опускаются. Упражнения, лежа на животе (руки во 2-й позиции): «самолетик», «кораблик», «коробочка», «рыбка плывет».

Тема 2.3. Упражнения на развитие и укрепления мышц пресса.

Теория. Правила выполнения упражнений на развитие и укрепление мышц спины.

Практика. Упражнение «Велосипед» со сменой музыкального ритма (быстро, медленно), акробатические упражнения «Березка», «Уголочки», «Ножницы», «Восьмёрка» (с различными комбинациями).

Раздел 3: Детский танец.

Теория. Знакомство с танцем полька.

Практика. Особенности движений танца, манеры и характера исполнения. Шаг польки, ковырялочка, простые хлопки и притопы. Полька по кругу и в парах. Повороты в парах.

Раздел 4: Ритмика.

Теория. Упражнения на развитие музыкально-ритмических способностей, умение синтезировать движение и музыку.

Практика. Основные движения под музыку, преимущественно на 2\4 и 3\4-ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т. п.), различной силы звучания, различного темпа - строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках.

Ходьба друг за другом по одному, врассыпную с использованием всего пространства помещения с последующим перестроением в колонну по одному, в шеренгу, в круг - в соответствии с изменением звучащей музыки. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений с предметами и без них.

Раздел 5: Музыкально-игровые упражнения.

Теория. Методика выполнения музыкально-игровых упражнений.

Практика. Развивающие игры: «Кошки-мышки», «Жуки», «Чей кружок быстрее соберется», «Гуси-гуси», «Найти себе пару», «Давай познакомимся», «Веселый поезд», «Птичка в клетке», «Плетень». Этюды на развитие артистичности («Весёлый - грустный гном», «Кошка - мышка» и т.д.)

Раздел 6: Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации учащихся.

Практика. Открытое занятие для родителей.

Прогнозируемые результаты

По окончании второго года обучения учащиеся должны:

знать:

- позиции ног 1, 2, 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья. Различные перестроения (круг, линии, колонки);
- точки расположения в классе (1-8);
- музыкальный размер (2/4, 3/4 и т. д.);
- правила поведения и общения на занятиях;

уметь:

- без показа выполнять некоторые музыкально - ритмические задания;
- начинать движение после вступления;
- различать особенности музыки (марш – быстрый или медленный, хоровод, плясовая), менять характер движений со сменой динамики и темпа музыки);
- чётко выполнять движения партерной гимнастики;
- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;
- выполнять пластические, гимнастические и образные этюды;
- сохранять правильное дыхание во время исполнения танцевальных движений;
- шаг польки, ковырялочка, притопы простые и сложные;
- работа в паре.

Учебно-тематический план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес- ких	Практичес- ких
	Введение	2	1	1

1.	Основы классического танца	46	10	36
1.1.	Основные понятия классического танца,	6	4	2
1.2.	Основные позиции рук и ног, выработка осанки, понятие апломб, постановка корпуса,	20	4	16
1.3.	Соединение движения головы с движением рук и ног, понятие координация движений	20	4	16
2.	Элементы русского танца	46	8	38
2.1.	Знакомство с русским танцем (фото видео материал), история развития. Разновидности русского танца: хоровод, пляска, сюжетный (видео просмотр сюжетов)	23	8	15
2.2.	Основные шаги, положения рук, головы ,корпуса. Парный танец.	23	4	19
3.	П а р т е р н а я г и м н а с т и к а , а к р о б а т и к а . Б и о м е х а н и к а сценического движения.	46	10	36
3.1.	Упражнение для развития стопы	6	1	5
3.2.	Упражнение для укрепления мышц спины	8	2	6
3.3.	Упражнения на развитие, укрепления мышц пресса	8	2	6
3.4.	Упражнения для развития гибкости	8	2	6
3.5.	Акробатические упражнения	6	1	5
3.6.	Время, пространство, темпо-ритм	10	2	8
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	144 ч.	30ч.	114ч.

Содержание программы 3 год обучения

Введение

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика. Повторение основных элементов партерной гимнастики.

Раздел 1: Основы классического танца.

Тема 1.1. Основные понятия классического танца.

Теория. Виды хореографии: классическая, народно-сценическая, фольклорный танец, современная хореография. Лекции по гигиене тела, правильному питанию, по формированию здорового образа жизни.

Практика. Постановка корпуса, апломб.

- изучение позиций ног: 1, 2, 3, 4, и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции;
- изучение понятия «поза» (приступать к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса).

Просмотр видеоматериалов по классическому танцу и его обсуждение.

Тема 1.2. Основные позиции рук и ног, выработка осанки.

Теория. Изучение основных позиций рук и ног. Правила сохранения осанки, понятие координация движений, опорная рабочая нога.

Практика. Упражнения для стоп: сидя на полу, ноги вытянуты перед собой сокращаем вытягиваем стопы, разворот в выворотную позицию (1 поз., 2 поз. лёжа на спине, на животе). Все позиции у станка и на середине зала. Постановка корпуса по всем позициям лицом к станку.

Тема 1.3. Соединение движения головы с движением рук и ног.

Теория. Правила выполнения упражнений на выразительность рук и пальцев, для развития движений кистей и рук, на точность движений, на подготовку головы для выполнения па с разворотами. Правила выполнения упражнений у станка. Понятие позы. В основных позах работающая нога вытянута носком в пол. Чтобы правильно усвоить характер позы, сначала она изучается на середине зала, затем у палки.

Все позы изучаются в медленном, плавном темпе на четыре такта 4/4, два такта 4/4, один такт 4/4.

Позы выполняют не менее 2-4 раз с каждой ноги.

Практика. Упражнение для рук (вращение кистей рук от себя, к себе, от локтя, от плеча, образ птицы, куклы, робота), упражнения для ног (подъём на полупальцы, чередование с приседанием, с головой), упражнение для головы (повороты вправо влево, круговые движения, с точкой, заглянуть), танцевальные этюды на образы «Петушок» «Живая кукла» и т.д. Раскачивания (поставьте стопы в 1-ю позицию, держа платок в правой руке, сделайте шаг в сторону правой ногой, одновременно взмахните правой рукой, проследив глазами за платком). Шаги с вытягиванием стоп, с ударом, с притопом, с акцентом головы.

Упражнения у станка (стоя лицом к станку):

- постановка корпуса по 1, 2, 3 и 5-м позициям;
- releve;

- releve с demi-plie;
- demi-plie по 1,2,3-ей позициям;
- battement tendu вперёд, в сторону, назад по 1-й позиции;
- demi-rond de jambe paeter en dehors и dedans;
- passe parter;
- temps leve sauté по 1-й и 2-й позиции;
- battement frappe в сторону (из 5-й позиции);
- положение ноги положение ноги на sou-de-pied;
- battement tendu jete из 1 и 5 позиции;
- в сторону;
- вперед;
- назад.

Упражнения на середине зала:

- 1-е ports de bras;
- releve по 6-й позиции: releve с demi-plie, « велосипед»;
- прыжки высокие с поджатыми ногами;
- temps leve sauté по 1-й, 2-й позиции;
- «Поезд» - переход с пятки на носок по 6 позиции и по 2 позиции;
- трамплинные прыжки по 6 и полу выворотной позициям.

Раздел 2: Элементы русского танца.

Тема 2.1. Знакомство с русским танцем.

Теория. Сюжеты и темы русского танца. Особенности народных движений, манеры и характера исполнения. Изучение обрядов, народных игр, обычаев народа Тамбовской области. Исследовательская работа учащихся.

Практика. Позиции рук и ног в характере русского танца, положения рук в паре. Основные ходы русского танца: простой, переменный, тройной, с каблука, с ударом, скользящий, «Гармошка», «Елочка», «Моталочка», «Ковырялочка», «Двойная дробь», «Припадание». Ход с выведением ноги вперед через 1-ю позицию, вращения на месте по 6 позиции. Навыки актёрского мастерства (мимика лица, жесты рук и т.д.)

Этюдная работа по актёрскому мастерству.

Тема 2.2. Разновидности русского танца: хоровод, пляска, сюжетный танец. Парный танец.

Теория. Характерное положение рук в сольном и групповом русском танце. Основные шаги русского танца. Просмотр видео материала по разновидностям танцев (хоровод, пляски, сюжетные танцы). Работа в паре, умение чувствовать и понимать партнёра, с учётом его индивидуальных особенностей и возможностей.

Практика. Положения рук, корпуса, головы в паре. Хороводный шаг. Выполнение основных шагов русского танца: бытовой, переменный,

переменный с точкой, тройной, дробный с выносом ноги. «Елочка». «Гармошка» с поворотом вокруг себя.

Танцевальные комбинации в характере русского танца. Парный танец. Для мальчиков «Мячик» в повороте, присядка с выносом на каблук, «Хлопушка». Этюдная работа.

Раздел 3. Партерная гимнастика, акробатические упражнения. Биомеханика сценического движения.

Все движения 1-2 годов обучения и далее можно использовать следующие упражнения:

- battement tandu вперед, вправо;
- сокращение стопы (из положения сидя и лежа на спине, животе);
- demi rond de jambe parter (лежа на животе и спине);
- battement releve lent на 90 °;
- battement developpe вперед, вправо (лежа на спине);
- положение surle con-de-pied, passé;
- grand battement jete вперед, назад, вправо (лежа на спине и на животе), с сокращением стоп.

Акробатические упражнения:

- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения стоя, «шпагаты» и складки;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;
- освоение техники правильного приземления;
- различные соединения акробатических упражнений; «колесо» вправо (влево);
- рондад;
- использование элементов акробатики в танцевальных комбинациях и постановочной работе.

Время, пространство, темп - ритм:

- понятие скорости и темпа-движения в разных скоростях;
- понятие времени и распределение движения в пространстве через игру;
- понятие ритма - ритмическая структура движения;
- изменение темпо-ритма в заданной структуре движений;
- сценические падения (подготовительные упражнения к падениям, падения на полу).

Раздел 4. Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации обучающихся.

Практика. Открытое занятие для родителей, участие в отчётном концерте.

Прогнозируемые результаты

По окончании третьего года обучения учащиеся должны:

знать:

- правильную постановку корпуса на середине зала и у станка, позиции ног, рук, головы;
- виды хореографии (классический танец, народный, современный), виды танцевальных жанров (балет, вальс, брейк- данс и т. д.);
- теоретический программный материал;
- правила культуры общения и поведения;
- хореографические комбинации;
- элемент актерской техники;
- историю хореографии, выдающихся педагогов, танцовщиков;

уметь:

- выполнять движения в соответствии с характером музыки;
- знать порядок движений в разученных танцах;
- свободно и эмоционально выполнять движения в выученных танцах;
- уметь показать выученные танцы перед зрителями;
- координировать движения рук, головы, тела;
- грамотно выполнять движения партерной гимнастики и акробатики.

Учебно-тематический план 4-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес- ких	Практичес- ких
	Введение	2	1	1
1.	Азбука классического танца	72	16	56
1.1.	Упражнения по классическому танцу у станка. Знакомство с балетным искусством.	36	8	28
1.2.	Упражнения по классическому танцу на середине зала, прыжки	36	8	28
2.	Элементы народного танца, стилизация	72	17	55
2.1.	Народный танец - как вид искусства (лекции, видео просмотр), народный	4	3	1

	к о с т ю м - к а к о т р а ж е н и е национальных традиций народов мира			
2.2.	Основные позиции рук, ног, головы в народном танце, рисунки танца	44	10	34
2.3.	Основные движения народного (русского) танца на середине зала	24	6	18
3.	Постановочно-репетиционная работа, детский сюжетный танец	66	8	58
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	216ч.	43ч.	173ч.

Содержание программы 4 год обучения

Введение.

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика. Повторение основных элементов русского танца.

Раздел 1: Азбука классического танца.

Тема 1.1. Основные упражнения по классическому танцу у станка.

Теория. Правила выполнения упражнений у станка. Занятия у станка в 1-ом полугодии – лицом к станку, во 2-ом полугодии – одной рукой за станок.

Практика.

Упражнения у станка:

- releve по 6-й позиции (по 1,2,3-й);
- demi- plie (2-я , затем 1,3,4-я,5-я позиции);
- battement tendu из 5-й п. Во всех 3-х направлениях;
- ronde de jambe par terre (en dehors и en dedans);
- положение ноги на cu-de-pied (все виды);
- b.frappe в сторону;
- b.releve”lent на 45°, (первоначально в сторону, затем во всех 3х направлениях);
- grand battement jete.

Положение головы, согласно направлению ноги.

Перегибы корпуса у станка: назад, в сторону.

Тема 1.2. Основные упражнения по классическому танцу на середине зала.

Теория. Правила выполнения упражнений по классическому танцу на середине зала.

Практика.

Упражнения на середине зала:

- 1-е, 2-е port de bras рук;
- Temps lie вперёд и назад;
- Позы классического танца;
- Трамплинные прыжки 1,2,3,4-я позиции;
- Temps leve santé;
- Pas echappe;
- Port de bras: второе, третье;
- pas de bouree с переменной ног;
- Chandement de pied.

Раздел 2. Элементы народного танца.

Тема 2.1. Танец как вид искусства.

Теория. Рождение искусства танца. Виды танцевального искусства. Рассказ-беседа о значении танца в жизни русского народа. Истоки и развитие русского танца. Народный костюм - как отражение национальных традиций народов мира. Просмотр видеоматериалов по различным видам танцев.

Практика. Просмотр видео материалов, самостоятельная работа, проектная деятельность. Выступления в группах с докладами.

Тема 2.2. Основные движения в народно- сценическом танце у станка.

Теория. Отличительные особенности движений у станка народного танца от классического.

Практика. Движения у станка:

- приседания, переход из позиций;
- основные положения рук;
- маленькие броски крестом с приседанием;
- движения на развитие подвижности стопы («поезд»);
- подготовка к «веревочке», «веревочка»;
- круг ногой по полу;
- большие броски;
- «голубец»; «ножницы» у станка вперед и назад.

Упражнения для мальчиков:

- «Ползунец» на середине зала;
- «Разножка»;
- «Присядки»;
- «Хлопушки».

Тема 2.3. Основные движения русского танца на середине зала.

Теория. Особенности положения рук и корпуса при работе на середине зала. Комбинации на основе выученных движений, техника соединения. Стилизованный народный танец - что это, различие музыкального материала в народном и стилизованном танцах

Практика.

- комбинации танцевальных шагов по кругу;
- «Веревоочка» двойная и простая;
- «Ковырялочка» с продвижением и в воздухе;
- дробное выстукивания, «ключ»;
- изучения основных ходов польки.

Современная хореография.

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией

На 4-м году обучения: шаги русского танца (тройной, переменный с высокими ногами, хороводный и т. д.). Дробные выстукивания (двойная дробь, ключ, «горох», двойная дробь с продвижением). Прыжки с поджатыми ногами. Подготовка к вращению: повороты на полупальцах по 6 поз. на 360 °, с точкой перед собой вправо и влево, бег в повороте с точкой).

Танцевальные комбинации на середине зала с использованием выученных движений.

На 4-м году обучения: выполнение основных элементов русского танца: «Гармошка». «Молоточки». «Ковырялочка». Дробные выстукивания. Припадание. Основные шаги по кругу (простой, переменный, переменный с точкой и т. д.). Ключ и двойной ключ. «Ключ хлопущечный» для мальчиков. «Присядки», «Разножки».

Танцевальные комбинации, построенные на изученных движениях.

Раздел 3. Постановочно-репетиционная работа. Детский сюжетный танец.

Теория. Композиция и постановка танца, музыка - основа для создания танца. Постановка сюжетного танца, работа над образами, подбор музыкального и лексического материала. Разбор особенностей хореографического воплощения музыкального материала. Использование литературных произведений для создания сценариев.

Практика. Работа над выбором сюжета к постановке, создание сценария, выбор темы, идеи, содержания сюжета. Разучивание танцевальных движений и составление комбинаций. Постановка и отработка танцевальных композиций

(номеров) в программу ансамбля в соответствии с репертуарным планом.
Работа с сольными исполнителями на сцене.

Раздел 4. Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации учащихся.

Практика. Отчетный концерт.

Прогнозируемые результаты

По окончании четвертого года обучения учащиеся должны:

знать:

- названия движений классического танца и методику их исполнения;
- основные движения русского танца на середине зала;
- историю хореографии, выдающихся педагогов, танцовщиков;

уметь:

- грамотно выполнять упражнения классического танца у станка и элементов русского танца на середине;
- выполнять движения в соответствии с характером музыки;
- знать порядок движений в разученных танцах;
- работать над собой.

Учебно-тематический план 5 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес ких	Практичес ких
	Введение	2	1	1
1.	Классический танец	72	16	56
1.1.	Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений	36	8	28
1.2.	Упражнения по классическому танцу на середине зала, прыжки, вращения	36	8	28
2.	Народный танец, стилизация народного танца	72	17	55
2.1.	Стилизация народного танца (видео показ), лекции по формированию танцевальной культуры.	4	3	1
2.2.	Упражнения по народно - сценическому танцу у станка, на середине, методика исполнения	44	10	34

	движений			
2.3.	Знакомство с танцевальным искусством народов мира, костюмом, этюдная работа	24	6	18
3.	Постановочно-репетиционная работа, современная хореография (техника, пластика тела, музыкальный материал)	66	8	58
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	216ч.	43ч.	173ч.

Содержание программы 5 года обучения

Введение

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика. Освоить программный материал по классическому, народному и современному танцам 5 года обучения.

Раздел 1: Классический танец.

Тема 1.1. Основные упражнения по классическому танцу у станка.

Теория. Методика и порядок выполнения упражнений у станка и на середине.

Практика. На 5-м году обучения все движения у станка исполняются одной рукой за станок:

- grand plié;
- b. tandu jete;
- 3 пордебра с rond de jamb parter;
- battement fondu вперед, вправо, назад;
- b. frappe u dubleb. frappe;
- b. releve”lent на 90°;
- b. develipe у станка (сначала в сторону, затем вперед, назад).

Тема 1.2. Основные упражнения по классическому танцу на середине зала.

Теория. Правила выполнения упражнений по классическому танцу на середине зала.

Практика.

Упражнения на середине зала:

Позы классического танца. Для правильного усвоения поз их изучают на середине зала, где их построение более точно, чем у палки.

- Arabesques;
- temps lie;
- allegro;
- grand chagement de pieds;
- petit chagement de pïedes;
- pas glissade;
- echappe;
- jete , Pas assemble , Double assemble;
- port de bras: второе, третье pas de bouree с переменной ног.

Современная хореография.

Понятие центра. Центр и периферия. Понятие центральной оси тела.

Взаимодействие с гравитацией. Использование веса тела при движении, использование силы инерции.

Координация рук. Ощущение веса при движении. Изучение основных положений и позиций рук. Органичное движение во взаимодействии с полом.

Понятие параллельных позиций. Изучение параллельных позиций (параллельная, II параллельная позиция, IV параллельная позиция).

Другие варианты движений.

Раздел 2 Народно - сценический танец. Стилизация народного танца.

Тема 2.1. Танец как вид искусства

Теория. Лекции по формированию танцевальной культуры. Знакомство с танцевальным творчеством народов мира. Отличие стилизованного народного танца от народного танца.

Практика. Посещение концертов, открытых уроков в других коллективах города. Просмотр видео материала, примеров стилизованного народного танца других коллективов. Прослушивание музыкального материала.

Тема 2.2. Основные движения в народно - сценическом танце у станка.

Теория. Отличительные особенности движений у станка народного танца от классического.

Практика.

- полные приседания, основной вид;
- упражнения на развитие стопы с подъёмом пятки опорной ноги;
- маленькие броски, основной вид;
- круг ногой по полу с поворотом пятки опорной ноги;
- каблучное упражнение, основной вид;
- дробные выстукивания (всей ступнëй, каблуком);
- упражнения с ненапряжённой стопой (от себя и к себе);

- большие броски.

Тема 2.3. Основные движения народного танца на середине зала.

Теория. Особенности положения рук и корпуса при работе на середине зала. Комбинации на основе выученных движений, техника соединения. Народные костюмы.

Практика.

- комбинации танцевальных шагов по кругу;
- «Веребочка» двойная и простая, с переступанием на ребро каблука, с кавырялочкой;
- «Ковырялочка» с продвижением и в воздухе;
- дробное выстукивания, «Ключ»;
- вращения по диагонали, с точки;
- маталочка;
- подбивка, отбивка;
- голубец;
- разучивание основных движений белорусского, немецкого танцев.

Раздел 3. Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Композиция и постановка танца. Разбор особенностей хореографического воплощения музыкального материала. Сценический грим.

Практика. Разучивание танцевальных этюдов. Постановка и отработка танцевальных композиций (номеров) программы ансамбля в соответствии с репертуарным планом. Работа с сольными исполнителями на сцене. Концертные выступления, участие в конкурсах и фестивалях.

Раздел 4. Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации обучающихся. Тестирование по изученному материалу.

Практика. Отчетный концерт. Открытые занятия для родителей.

Прогнозируемые результаты

По окончании пятого года обучения учащиеся должны:

знать:

- название выученных движений, методику их исполнения, последовательность движений у станка по классическому и народно - сценическому танцу;
- творчество известных балетмейстеров, ознакомиться с балетами ведущих отечественных и зарубежных композиторов, репертуаром профессиональных хореографических коллективов;

уметь:

- красиво и грамотно выполнять все выученные движения по классическому и народно - сценическому танцам;
- владеть навыками актёрского мастерства;
- демонстрировать свои навыки перед зрителями, участвовать в концертной и конкурсной деятельности.

**Учебно-тематический план
6 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес ких	Практичес ких
	Введение	2	1	1
1.	Классический танец	72	16	56
1.1.	Экзерсис по классическому танцу у станка	36	8	28
1.2.	Позы классического танца, прыжки, вращения на середине зала	36	8	28
2.	Народно - сценический танец, стилизация народного танца	72	17	55
2.1.	Народный танец - основа хореографии, значение и роль в жизни общества (костюм, традиции, движения)	4	3	1
2.2.	Упражнения у станка, на середине, дробные выстукивания, вращения (круг, диагональ, с точки)	44	10	34
2.3.	Стилизация народного танца: работа рук, головы, корпуса комбинации, этюдная работа	24	6	18
3.	Постановочно-репетиционная работа, подбор и прослушивание музыкального материала, импровизация	66	8	58
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	216ч.	43ч.	173ч.

Содержание программы 6 года обучения

Введение.

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика. Освоить программный материал по классическому, народному и современному танцам 6 года обучения.

Раздел 1: Классический танец.

Тема 1.1. Основные упражнения по классическому танцу у станка.

Теория. Методика и порядок выполнения упражнений у станка и на середине.

Практика.

На 6-м году обучения все движения у станка исполняются одной рукой за станок: повтор всех выученных движений и составление комбинаций на их основе:

- battement tendu jete pique;
- battement developpe;
- rond de jambe par terre на plie en dehors и en dedans;
- battement soutenu;
- battement tendu pour le pied;
- demi rond на 45 °;
- battement fondu;
- battement frappe на 45°;
- повороты у станка;
- растяжки у станка (3 demi plie, releve – 2р, наклоны назад, к ноге, от ноги, растяжки для шпагата).

Тема 1.2. Основные упражнения по классическому танцу на середине зала.

Теория. Методика исполнения упражнений по классическому танцу на середине зала.

Практика. Упражнения на середине зала: На 6-м году обучения добавляются следующие упражнения:

- temps lie вперед , назад;
- pas de bourree без перемены ног;
- arabesques(1,2,3,4);
- allegro: temps leve sauté (с рукам);
- pas assemble;
- changement de pied (с руками,);
- pas glissade;
- double assemble;

- шаг вальса (по кругу, в повороте; в парах), pas balance;
- подготовка к пируэту, вращения по диагонали (шене, тур- пике).

Современная хореография

Изучение основных движений корпуса в положении стоя:

- curve – наклон верха корпуса вперед;
- side – наклон верха корпуса в сторону;
- arch – наклон верха корпуса назад;
- roll down – наклон с расслабленной спиной, задействует все тело;
- roll up – возвращение в вертикальное положение;
- flat back – наклон с прямой спиной вперед и вперед по диагонали;
- contraction – сжатие, сокращение, движение центра корпуса;
- повороты корпуса в сторону – изолированные и последовательные;
- круговые движения для корпуса.

Раздел 2 Народно - сценический танец. Стилизация народного танца.

Тема 2.1 Народный танец-основа хореографии, значение и роль в жизни общества.

Теория. Жанры хореографического искусства, взаимосвязь, взаимовлияние и отличительные черты жанров хореографического искусства. Зарождение и эволюция народного танца. Основные формы народной хореографии, их многообразие. Особенности народного фольклора (национальный костюм, музыкальный материал, песни, танцы). Особенности народных движений, манеры и характера исполнения, национального костюмы России. Исследовательская работа учащихся.

Практика. Знакомство с работами И.П. Воропаева. Просмотр видео материалов, специальной литературы. Проектная деятельность учащихся, самостоятельная работа. Сочинение танцевальных комбинаций.

Тема 2.2. Основные движения в народно - сценическом танце у станка.

Теория. Методика исполнения упражнений у станка.

Практика. Танцевальные комбинации на основе выученных движений 5 года обучения.

- полные приседания с рукой;
- упражнения на развитие подвижности стопы с подъёмом пятки опорной ноги, с сокращением стопы;
- маленькие броски с касанием пола вытянутым носком работающей ноги;
- руг ногой по полу с поворотом пятки опорной ноги;

- каблучное упражнение большая форма;
- дробные выстукивания (ключ, комбинации);
- упражнения с ненапряжённой стопой (от себя и к себе) с подскоком на опорной ноге;
- верёвочка;
- большие броски.

Тема 2.3. Основные движения народного танца на середине зала.

Теория. Особенности положения рук и корпуса при работе на середине зала. Комбинации на основе выученных движений, техника соединения. Народные костюмы.

Практика.

- танцевальные ходы;
- «Верёвочка»;
- подбивка, отбивка;
- голубец;
- двойные дробы;
- вращения.

Раздел 3. Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Подбор и прослушивание музыкального материала, импровизация. Хореографический «текст» - составная часть композиции танца. Взаимодействие танцевального текста с рисунком танца, музыкальным материалом, образом.

Практика. Разучивание танцевальных этюдов, сочинение танцевального текста к танцевальным номерам. Постановка и отработка танцевальных композиций (номеров) программы ансамбля в соответствии с репертуарным планом. Работа с сольными исполнителями на сцене. Концертные выступления, участие в конкурсах и фестивалях.

Раздел 4. Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной аттестации учащихся. Тестирование по изученному материалу.

Практика. Отчетный концерт. Открытые занятия для родителей.

Прогнозируемые результаты

По окончании шестого года обучения учащиеся должны **знать:**

- алгоритм построения занятия;
- название всех движений классического танца на французском языке, методику их исполнения;

-порядок и методику исполнения движений народно - сценического танца у станка и на середине;

-владеть основами современной хореографии;

уметь:

- передавать тот или иной образ в танцевальных композициях, распределять сценическую площадку на выступлениях;

- проводить разминку в своей группе;

- грамотно выполнять все выученные движения;

- демонстрировать на фестивалях свой танцевальный уровень;

- составлять собственные танцевальные композиции;

- вести здоровый образ жизни.

Учебно-тематический план 7-8 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес- ких	Практичес- ких
	Введение	2	1	1
1.	К л а с с и ч е с к и й т а н е ц , современная хореография	30	6	24
1.1.	Экзерсис по классическому танцу у станка, на середине, гимнастика на растяжку	15	3	12
1.2.	Современная хореография, пластика движений, актёрское мастерство	15	3	12
2.	Народно-сценический танец, стилизация	72	8	64
2.1.	Экзерсис у станка. Техника исполнения движений стилизованного танца	20	2	18
2.2.	Этюдная работа по народному танцу, актёрскому мастерству	32	4	28
2.3.	Комбинации на середине зала (дробь, вращения), творческие задания	20	2	18
3.	Постановочно-репетиционная работа, концертная, конкурсная деятельность	108	10	98
4.	Итоговое занятие	4	1	3

	Итого:	216ч.	26ч.	190ч.
--	---------------	--------------	-------------	--------------

Содержание программы 7-8 год обучения

Введение.

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика. Повтор пройденного материала.

Раздел 1: Классический танец

Тема.1.1. Основные упражнения по классическому танцу у станка.

Теория. Закрепление ранее изученных и знакомство с новыми движениями по классическому танцу у станка.

Практика. Экзерсис у станка:

- demi rond на 45°;
- полный rond;
- grand plie по 4 позиции;
- battement fondu на 45 °;
- duple b.frappe вперед, назад;
- petit battement. battement soutenu на 45 °, 90 °;
- b.develope passé;
- c demi plie;
- duple battement fondu.

Тема.1.2. Основные упражнения по классическому танцу на середине зала.

Теория. Закрепление ранее изученных и знакомство с новыми позициями по классическому танцу на середине зала.

Практика. Упражнения на середине зала:

- temps lie с перегибом корпуса;
- 4-е port de bras;
- позы классического танца;
- croisee на 90 °;
- ecorree на 90 °;
- attitude croise – efface;
- arabesques на 90 °;
- allegro;
- sissone simple;
- pas glissade; jete в маленьких позах;
- sissone onverte.

- вращения: по диагонали, по кругу.

Современная хореография.

Структура и особенности exercise в технике контемпорари.

- plié;
- foot Isolations;
- battement tendu / brush;
- battement jeté / brush;
- ronde de jambe;
- swings;
- battement fondu;
- adajio;
- grand battement jeté / swings.
- раздел Allegro

Раздел 2: Народно-сценический танец.

Тема 2.1. Техника исполнения упражнений у станка.

Теория. Изучение упражнений у станка в народно-сценическом танце.

Практика. Экзерсис у станка.

Техника движений в стилизованном народном танце.

Тема 2.2. Этюдная работа.

Теория. Знакомство с танцевальной культурой народов мира, особенности лексического материала, костюма, выразительных средств.

Практика Этюдная работа по изучению материалов танцев народов мира, подбор музыкального материала, творческие задания, сочинение комбинаций, показ на открытых уроках, творческих отчетах, навыки актерского мастерства (мини-этюды).

Тема 2.3. Комбинации на середине зала (дробь, вращения), творческие задания.

Теория. Методика исполнения вращений (по кругу, диагонали), разновидности вращений.

Практика. Вращения на беге, на дробях, на прыжке, повороты в воздухе с поджатыми ногами. Прыжковые движения. Дробные выстукивания; двойные, с подскоком, удары ребром каблука, сочетание ударов каблука и полупальцами.

Раздел 3: Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Сценическое оформление хореографических номеров. Роль костюма, грима, света, декорации, реквизита. Разбор особенностей хореографического воплощения музыкального материала.

Практика. Постановка и отработка танцевальных композиций (номеров) в программу ансамбля в соответствии с репертуарным планом. Работа с сольными исполнителями на сцене.

Раздел 4. Итоговое занятие

Теория. Заполнение протоколов промежуточной (после 7- 8-го годов обучения - итоговой) аттестации учащихся.

Практика. Отчетный концерт, открытые занятия для родителей.

Прогнозируемые результаты

По окончании седьмого и восьмого годов обучения учащиеся должны:
знать:

- алгоритм занятия, название и методику исполнения движений;
- правила построения танцевальной композиции;
- историю балета, отличительные черты национальных костюмов народов мира;

уметь:

- проводить занятия в младших группах, импровизировать под заданную музыку, сочинять танцевальные комбинации у станка и на середине;
- свободно и уверенно чувствовать себя на сценической площадке;
- принимать участие в мастер-классах, заниматься концертной деятельностью;
- грамотно подбирать музыкальный материал к танцевальным композициям.

Учебно-тематический план 9-10 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретичес ких	Практичес ких
	Введение	2	1	1
1.	К л а с с и ч е с к и й т а н е ц , современная хореография	30	6	24
1.1.	Экзерсис по классическому танцу у станка, на середине	15	3	12
1.2.	Современная хореография (техника контемпорери)	15	3	12
2.	Народно - сценический танец, стилизация	72	8	64
2.1.	Техника исполнения движений	20	2	18

	стилизованного танца			
2.2.	Этюдная работа по народному танцу, актёрскому мастерству	32	4	28
2.3.	Комбинации на середине зала (дробь, вращения), творческие задания	20	2	18
3.	Постановочно-репетиционная работа, концертная, конкурсная деятельность	108	10	98
4.	Итоговое занятие	4	1	3
	Итого:	216ч.	26ч.	190ч.

Содержание программы 9-10 годов обучения

Введение.

Теория. Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Сбор медицинских справок.

Практика. Посещение концертов, просмотр видеоматериала по современным направлениям.

Раздел 1: Классический танец.

Тема.1.1 Упражнения по классическому танцу у станка.

Теория. Закрепление ранее изученных и знакомство с новыми движениями по классическому танцу у станка.

Практика. Экзерсис у станка:

- полуповороты от станка, к станку;
- поворот на 360 °;
- tombe;
- туры пируэты;
- сочинение комбинаций, подбор музыкального материала.

Тема.1.2. Основные упражнения по классическому танцу на середине зала. Современная хореография.

Теория. Закрепление ранее изученного материала, тестирование.

Практика. Упражнения на середине зала:

Комбинации вальса, танцевальные комбинации на основе изученного материала, экзерсис на середине. Современная хореография, свободная пластика. Этюдные работы.

- 6 port de bras;
- allegro;
- sissone simple;
- pas glissade;
- jete в маленьких позах;
- sissone onverte в позах;
- sissone fermee;
- pas de chat;
- вращения: по диагонали, по кругу.

Современная хореография.

- Прыжки по параллельным и выворотным позициям в сочетании с движениями корпуса;
- бег по параллельным и выворотным позициям;
- вращения и повороты;
- специфика исполнения вращений в технике танца контемпорари, вращения и повороты в сочетании с движениями корпуса;
- tours;
- с IV параллельной и IV выворотной позиций;
- со II параллельной и II выворотной;
- tours в больших позах – attitude, arabesque, parallel arabesque, Tilt, level T, diagonal level и другие позы;
- tour chaîné;
- другие виды поворотов: renversé, fouetté, pencil turn, шаги в повороте и др.

Раздел 2: Народно-сценический танец.

Тема 2.1. Упражнения у станка.

Теория. Просмотр видео материала по народному танцу.

Практика. Экзерсис у станка.

Сочинение движений, танцевальных комбинаций в стилизованном народном танце.

Тема 2.2. Этюдная работа.

Теория. Знакомство с танцевальной культурой народов мира, особенности лексического материала, костюма, выразительных средств.

Практика. Этюдная работа по изучению материалов танцев народов мира, подбор музыкального материала, творческие задания, сочинение комбинаций,

показ на открытых уроках, творческих отчетах, навыки актерского мастерства (мини-этюды).

Тема 2.3. Комбинации на середине зала (дробь, вращения), творческие задания.

Теория. Методика исполнения вращений (по кругу, диагонали), разновидности вращений.

Практика. Вращения на беге, на дробях, на прыжке, повороты в воздухе с поджатыми ногами. Прыжковые движения. Дробные выстукивания; двойные, с подскоком, удары ребром каблука, сочетание ударов каблука и полупальцами.

Раздел 3: Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Знакомство с репертуаром профессиональных коллективов, просмотр концертных программ, танцевальных шоу. Проектная деятельность учащихся.

Практика. Постановка и отработка танцевальных композиций (номеров) программы ансамбля в соответствии с репертуарным планом. Работа с сольными исполнителями на сцене. Передача лучших номеров из репертуара ансамбля от старших к младшим. Импровизация, совместное сочинение танцевальных композиций, прослушивание, отбор музыкального материала. Участие в концертной и конкурсной деятельности.

Раздел 4. Итоговое занятие.

Теория. Заполнение протоколов промежуточной итоговой аттестации учащихся.

Практика. Отчетный концерт, открытые занятия для родителей.

Прогнозируемые результаты

По окончании девятого и десятого годов обучения учащиеся должны:

знать:

- порядок построения занятий по классическому и народно - сценическому танцам;
- методику исполнения движений у станка и на середине;
- композицию и постановку танцев, законы драматургии;
- владеть основами современной хореографии, импровизации, биомеханики сценического движения.

уметь:

- проводить занятия в младших группах;
- сочинять комбинации по классическому и народно - сценическому танцам;
- владеть навыками актёрского мастерства, перевоплощения;
- уметь анализировать увиденный материал по профилю объединения;

- самостоятельно пользоваться полученными знаниями, использовать их на практике;
- активно заниматься конкурсной и концертной деятельностью.

МОДЕЛЬ ВЫПУСКНИКА ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ

1. Владеет знаниями в сфере истории и теории хореографического искусства.
2. Характеризуется высоким уровнем двигательной и физической подготовки, познавательной деятельности.
3. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
4. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
5. Стремится к творческой самореализации.
6. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
7. Имеет сформированный образ «Я».
8. Обладает коммуникативными способностями.
9. Обладает художественным, эстетическим вкусом.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОПЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел программы	Формы организации занятий	Методы и приемы	Дидактический материал, ТСО
Введение	Занятие-беседа	Словесные: беседа, рассказ педагога. Наглядные: показ педагогом упражнений, наблюдение за детьми.	Подбор иллюстраций о хореографическом искусстве (презентация), музыкальный центр
Азбука музыкального движения	Занятие-беседа, занятие-игра	Словесные: беседа, рассказ педагога. Наглядные: показ педагогом упражнений, наблюдение, повторение. Практические: выполнение упражнений, соревновательный метод.	Демонстрационный материал (фото, видео) по темам программы, музыкальный центр, фортепиано
Партерная гимнастика	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические:	Специальные коврики для выполнения упражнений, фортепиано

		выполнение упражнений, пояснения, показ способов действия.	
Основы классического танца	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Практические: выполнение упражнений, пояснения, показ способов действия.	Станок, предметные картинки, иллюстрации, музыкальный центр, фортепиано
Элементы русского танца	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические: упражнение, пояснения, показ способов действия, соревновательный метод.	Предметные картинки, иллюстрации, музыкальный центр, фортепиано
Азбука классического танца	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические: упражнение, пояснения, показ способов действия.	Предметные картинки, иллюстрации, станок, музыкальный центр, фортепиано
Элементы народного танца	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические: упражнение, пояснения, показ способов действия.	Предметные картинки, иллюстрации, станок, музыкальный центр, фортепиано
Классический танец	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические: упражнение, пояснения, показ способов действия.	Предметные картинки, иллюстрации, станок, музыкальный центр, фортепиано

Народно-сценический танец	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: рассказ, указания, разъяснения, пояснение, объяснение. Наглядные: показ педагогом упражнений. Практические: упражнение, пояснения, показ способов действия, соревновательный метод.	Предметные картинки, иллюстрации, станок, музыкальный центр, фортепиано
Постановочно-репетиционная работа	Занятие-беседа, практическое занятие	Словесные: беседа, обсуждение, прослушивание музыкального материала. Наглядные: сочинение и отработка комбинаций движений, импровизация. Практические: отработка концертных номеров.	Аксессуары к танцевальным номерам, музыкальный центр, фортепиано
Итоговое занятие	Занятие-игра, контрольный тест, урок-концерт	Словесные: беседа. Практические: показ комбинаций и готовых номеров.	Станок, музыкальный центр, фортепиано

ПЕРЕЧЕНЬ ОБУЧАЮЩИХ ДИАФИЛЬМОВ, КИНОФИЛЬМОВ, МУЛЬТИМЕДИА

1. «Фуэте» фильм-балет ООО Ленфильм-Видео, 2000.
2. «Майя Плисецкая» ПКФ Видеовосток, 2000.
3. «Corpelia» The Kirov Balle ООО Ленфильм-Видео, 2000.
4. «Спартак» балет Ю. Григоровича КВО «Крупный план», Мосфильм, 1989.
5. «Ромео и Джульетта» балет Л. Лавровского. КВО «Крупный план», Мосфильм, 1993.
6. «Баядерка» балет Ю.Григоровича
7. «Бахчисарайский фонтан» /балет/. – М.: «Мосфильм».1975.
8. «Раймонда» (балет). – Л.: «Лентелефильм», 1977.
9. «Галатhea» (балет). – Л.: «Лентелефильм», 1977.
10. «Сотворение мира» (балет). – М.: Packaging Dessing,1993.
11. «Ромео и Джульетта» (балет). – М.: Packaging Dessing,1993.
12. «Золушка» (балет). – М.: «ПК Видеовосток»,2000.
13. «Конёк-Горбунок» (балет). – М.: Coull, 1990.
14. «Каменный цветок». – М.: ВПТО. «Видеофильм»,1990.
15. «Снегурочка» (опера). – М.: «ПК Видеовосток»,2000.

16. «Ярославна» (балет). – Спб.: АОЗТ НПКФ «Адонис», 1998.
17. «Гаянэ» (балет). – М.: ВПТО. «Видеофильм», 1990.
18. «Спартак» (балет). – М.: «Мосфильм». 1975.
19. «Лебединое озеро» (балет). – М.: «Мосфильм». 1975.
20. «Спящая красавица» (балет). – М.: ВПТО. «Видеофильм», 1990.
21. «Щелкунчик» (балет). – М.: ВПТО. «Видеофильм», 1990.
22. «Анна Каренина» (балет). – Спб.: АОЗТ НПКФ «Адонис», 1998.
23. «Звезды русского балета». – Спб. АОЗТ НПКФ «Адонис», 1998.

ЛИТЕРАТУРА

1. <http://www.dancesport.com.ua/book/>
2. <http://www.ftsro.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=12>
3. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. - М., Искусство, 1989.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2003.
5. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца на середине зала- М.: Гуманитарный издательский центр «Владос» 2003 год.
6. Захаров Р. Искусство балетмейстера. - М: Искусство, 1954.
7. Искусство танца фламенко. - М: Искусство, 1984.
8. Никитин В. Ю. Модерн джаз-танец. – М.: ГИТИС, 2000.
9. Никитин В.Ю. Методика преподавания и композиция урока модерн джаз танца. М. Издательский дом «Один из лучших». 2006
10. Новак С. Размышления о танцевальной импровизации, в альманахе «Танцевальная импровизация» М. 1999.
11. Карп П. Младшая муза. - М: Детская литература, 1986.
12. Музыка и движение. - М: Просвещение, 1984.
13. Базарова Н.П., Мей В. Азбука классического танца. - М: Искусство, 1964.
14. Базарова Н.П. Классический танец. - Л: Искусство, 1984.
15. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе / Пер. С англ. С.Ю.Бардиной. - М: ООО «Издательство АСТ: ООО «Издательство Астрель», 2004.
16. Барышникова Т. Азбука хореографии. Айрис-пресс. М., 2000.
17. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школах и внешкольных заведениях». Киев, 1985.
18. Ваганова А. Основы классического танца. - Л: Искусство, 1980.
19. Ткаченко Т. Народный танец. - М: Искусство, 1964.
20. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - М: Искусство, 1986.
21. Мошкова Е.И. «Ритмика и бальные танцы» Программа для общеобразовательных учреждений Москва «Просвещение» 1997
22. Лисицкая Т.С. Москва «Гимнастика и танец» «Советский спорт» 1988

23. Ермолаева Н.В. Программа «Танец» (театр-студия «Дали») Москва «Просвещение» 1997
24. Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» Санкт-Петербург 2006
25. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» Москва «Век информации» 2009
26. Богаткова Л.Н. «Танцы для детей». – М., 1959.
27. Богаткова Л.Н. «Танцы разных народов». – М., 1958.
28. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях». – Киев, 1985.
29. Классический танец. Методическая разработка для учащихся КПУ хореографической ориентации/Сост. М.В. Смирнова. – М., 1988.
30. Народный танец. Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации КПУ/Сост. М.И. Шляпникова. – М., 1988.
31. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М., 1985.
32. Ткаченко Т.С. «Работа с танцевальным коллективом». – М., 1958.
33. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. - М., 1978
34. Воронина И. Историко-бытовой танец: Учебное пособие. — М., 1980.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Захаров Р. Слово о танцах. - М: Молодая гвардия, 1979.
2. Заикин И.И. Областные особенности русского народного танца. Орёл, 1999.
3. Антипина Е.П. Театрализованные игры и упражнения для детей. М.: Творческий центр «Сфера», 2006
4. Танцы разных народов. - М: Молодая гвардия, 1955.
5. Тасютинская В. Волшебный мир танца: книга для учащихся. - М: Просвещение, 1985.
6. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. - М: Искусство, 1985.
7. Балет. Альбом. - М: Советский художник, 1966.
8. Балетная иллюстрированная энциклопедия. - М., Конец века, 1995.

Приложение 1.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

demi plie - (деми плие)-неполное «приседание».

grand plie - (гранд плие)-глубокое, большое «приседание».

relevé - (релеве)-«поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.

battement tendu - (батман тандю) - «вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП.

battement tendu jeté - (батман тандю жете) «бросок», взмах в положение книзу (25°, 45°) крестом.

demi rond - (деми ронд) - неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45° и выше).

rond de jamb par terre - (ронд де жамб пар тер) - круг носком по полу круговое движение носком по полу.

rond de jamb en l'air - (ронд де жамб ан леер) - круг ногой в воздухе, стойка на левой правой в сторону, круговое движение голенью наружу или внутрь.

en dehors - (андеор) - круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты.

en dedans - (андедан) - круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

sur le cou de pied - (сюр ле ку де пье) - положение ноги на щиколотке (в самом узком месте ноги), положение согнутой ноги на голеностопном суставе впереди или сзади.

battement fondu - (батман фондю) - «мягкий», «тающий», одновременное сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах.

battement frappe - (батман фрапэ) - «удар» - короткий удар стопой о голеностопный сустав опорной ноги, и быстрое разгибание в коленном суставе (25°, 45°) в положение на носок или книзу.

petit battement - (пти батман) - «маленький удар» - поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.

battu - (ботю) - «бить» непрерывно, мелкие, короткие удары по голеностопному суставу только впереди или сзади опорной ноги.

double - (дубль) - «двойной».

battement tendu - двойной нажим пяткой.

battement fondu -двойной полуприсед.

battement frapper - двойной удар.

pas de - (пассе) - «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в сторону, сзади.

relevé - (релевелант) - «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

battement soutenu - (батман сотеню) - «слитный» - из стойки на носках с полуприседом на левой, правую скольжением вперед на носок (назад или в сторону) и скольжением вернуть в ИП.

développe - (девелопе) - «раскрывание», «развернутый», из стойки на левой, правую скользящим движением до положения согнутой (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.

adajio - (адажио) - медленно, плавно включает в себя гранд плие, девелопе, релевелянт, все виды равновесий, пируэты, повороты. Слитная связка на 32, 64 счета.

attitude (аттетюд) - поза с положением согнутой ноги сзади, стойка на левой, правую в сторону - назад, голень влево.

grand battement - (гранд батман) - «большой бросок ,взмах» на 90° и выше через положение ноги на носок.

tombée - (томбэ) - «падать» из стойки на носках в пятой позиции выпад вперед (в сторону, назад) с возвращением в ИП скользящим движением.

picce - (пикке) - «колющий», стойка на левой правая вперед к низу, быстрое многократное касание носком пола.

pounte - (пуанте) - «на носок», «касание носком» из стойки на левой , правая вперед, в сторону или назад на носок взмах в любом направлении с возвращением в ИП.

balance - (балансе) - «покачивание», маятниковое движение ног вперед кверху - назад книзу, вперед - назад, вперед - назад кверху.

allongée - (аллянже) - «дотягивание», завершающее движение рукой, ногой, туловищем.

pordebras - (пор де бра) - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону. То же самое в растяжке.

temps lie - (тан лие) - маленькое адажио, 1-полуприсед на левой, 2 - правую вперед на носок, 3 - перенести центр тяжести на правую, левую назад на носок, 4-ИП 5.то же самое в сторону и назад.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ НАРОДНОГО ТАНЦА

Танец

Бульба — белорусская народная песня-пляска оживленного, веселого характера, имеющая двухдольный размер.

Гопак — украинский народный танец, быстрый, стремительный, основанный на больших прыжках; размер две четверти.

Лявониha - белорусская народная песня-пляска живого, веселого характера с подчеркнутыми притопами в конце каждой музыкальной фразы; темп быстрый; размер две четверти.

Хоровод — массовая игра, с пением и движениями по кругу.

Элементы танцевальных движений

Бегунец — элемент танца, разучивается на счет: «раз и, два и». *И. п.*: ноги в основной стойке (пятки вместе, носки врозь). Оттолкнуться левой ногой и сделать небольшой прыжок вперед правой ногой (счет «раз»), мягко на нее опустившись; затем продвинуться вперед на легком беге: левой ногой (счет «и»), правой ногой (счет «два»). После этого начинать те же движения с левой

ноги (прыжок, перебежка и т. д.).

Боковой галоп — элемент танца, разучивается на счет: «раз и, два и». *И. п.*: основная стойка. Движения легкие, пружинящие. На «раз» — небольшой шаг с подскоком правой ногой в сторону (с носка ноги, слегка сгибая колени); на «и» — приземлиться на левую; на «два и» — повторить движения.

Дробный шаг. *И. п.*: ступни параллельно, колени слегка согнуты.

Выполняется ритмично, на месте, на всей ступне с быстро чередующимися притопами: правой, левой, правой и т. д.

Ковырялочка — элемент танца. *И. п.*: ноги в основной стойке. Выполняется на счет «раз и, два и». На «раз и» — небольшой подскок на левой ноге, одновременно правую отвести в сторону, коснувшись носком пола, слегка согнутое колено повернуть внутрь; на «два и» — сделать второй подскок на левой ноге, правую поставить на пятку, колено повернуть наружу.

Па-де-баск — элемент танца. *И. п.*: ноги в основной стойке. Выполняется на счет «и раз, и два». На «и» — небольшой прыжок, толчком левой ноги, правую вынести вперед-вправо (невысоко над полом); на «раз» — приземлиться на правую ногу, левую согнуть, колено наружу; на «и» — шаг левой ногой, слегка сгибая колено, правую поднять; на «два» — шаг правой ногой, слегка сгибая колено, левую приподнять и слегка согнуть.

Русский переменный шаг. *И. п.*: основная стойка. Выполняется на счет «раз и два и». На «раз» — шаг правой ногой вперед с носка; на «и» — небольшой шаг левой ногой на носок (пятка поднята невысоко); на «два и» — небольшой шаг правой ногой вперед с носка. Затем движения выполняются с левой ноги.

Русский хороводный шаг. *И. п.*: ноги в третьей позиции (пятка правой ноги приставляется к середине левой ступни). Движения представляют собой плавный поочередный шаг каждой ногой с коска.

Шаг вальса (гимнастический). *И. п.*: стойка на носках. Выполняется на счет «раз два три». На «раз» — шаг правой ногой вперед с носка на всю ступню, слегка сгибая колено (мягко пружиня); на «два, три» — два небольших шага вперед левой затем правой ногой на носках (ноги прямые).

Шаг вальса (танцевальный). *И. п.*: стойка на носках. Исполняется, как и предыдущий шаг, но на беге, стремительно.

Шаг полки. *И. п.*: ноги в третьей позиции. Выполняется на счет «и раз, и два». На «и» — маленький скользящий подскок на левой ноге вперед, правую слегка приподнять вперед; на «раз» — шаг правой вперед на носок; на «и» — приставить левую ногу сзади к правой (третья позиция); на «два» — шаг правой ногой вперед.

Шаг с припаданием. *И. п.*: ноги в основной стойке. Выполняется на счет «и раз, и два». На «и» — правую ногу приподнять в сторону, вправо; на «раз» — сделать небольшой шаг с носка на всю ступню, слегка сгибая колено, одновременно левую, согнутую в колене ногу, приподнять; на «и» — выпрямляя ноги, встать на-носок левой ноги (сзади правой), правую отвести в сторону; на «два и» — повторить движения.

Шаг с притопом. *И. п.*: ступни параллельно, колени слегка согнуты.

Выполняется на счет «раз, два». На «раз» — небольшой шаг с ударом правой ноги об пол, на «два» — такой же шаг левой ногой.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА

A LA SECONDE [а ля сегонд] — положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.

ALLONGE, ARRONDIE [алонже, аронди] — положение округлённой или удлинённой руки.

ARABESQUE [арабеск] — поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ARCH [атч] — арка, прогиб торса назад.

ASSEMBLE [ассамбле] — прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

ATTITUDE [аттитюд] — положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

BATTEMENT AVELOPPE [батман авлоппе] — противоположное battement developpe движение, «рабочая» нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию.

BATTEMENT DE VELOPPE [батман девлоппе] — вынимание ноги вперёд, назад или в сторону скольжением «рабочей» ноги по опорной.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] — движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперёд.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] — движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперёд, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVÉ LENT [батман релеве лян] — плавный подъём ноги через скольжение по полу на 90° вперёд, в сторону или назад.

BATTEMENT RETIRE [батман ретире] — перенос через скольжение «рабочей» ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади.

BATTEMENT TENDU [батман тандю] — движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперёд, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется также по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] — отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BODY ROLL [боди ролл] — группа наклонов торса, связанная с поочерёдным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

BOUNCE [баунс] — трамплинное покачивание вверх-вниз, в основном происходит либо за счёт сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] — скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CONTRACTION [контракш] — сжатие, уменьшение объёма корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN [корскру повороты] — «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] — быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] — изгиб верхней части позвоночника (до «солнечного сплетения») вперёд или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] — наклон торсом вперёд ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] — сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т. е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DE GAGE [дегаже] — перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвёртой позиции ног (вперёд, назад), может выполняться как с *demi-plie*, так и на вытянутых ногах.

DEMI-РЫЁ [деми-плие] — полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEMIROND [деми ронд] — полукруг носком ноги по полу вперёд и в сторону, или назад и в сторону.

DROP [дроп] — падение расслабленного торса вперёд или в сторону.

ECARTE [экарте] — поза классического танца (*a la seconde*), развёрнутая по диагонали вперёд или назад, корпус чуть отклонён от поднятой ноги.

EMBOITЁ [амбуате] — последовательные переходы с ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком. Прыжки *emboite* — поочерёдное выбрасывание согнутых в коленях ног вперёд или на 45°.

EN DEDANS [ан дедан] — направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHORS [ан деор] — направление движения или поворота от себя или наружу.

EPAULMENT [эпольман] — положение танцовщика, повернутого в 3/4 в т. 8 или т. 2; различается *epaulement croise* (закрытый) и *epaulement efface* (стёртый, открытый).

FLAT BACK [флэт бэк] — наклон торса вперёд, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP [флэт стэп] — шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] — сокращённая стопа, кисть или колени.

FLIK [флик] — мазок стопой по полу к опорной ноге.

FOUETTE [фуэ́тте] — приём поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноге (на полу или в воздухе).

FROG-POSITION [фрoг-пoзиши] — позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] — партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперёд-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] — бросок ноги на 90° и выше вперёд, назад или в сторону.

GRAND JETE [гран жете] — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперёд, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение «шпагат».

GRAND PLIE [гран плие] — полное приседание.

HIGH RELEASE [хай релиз] — высокое расширение, движение, состоящее из подъёма грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HINGE [хинч] — положение танцора, при котором прямой, без изгибов торс отклоняется назад на максимальное расстояние, колени согнуты, стопы на полупальцах.

HIP LIFT [хип лифт] — подъём бедра вверх.

HOP [хоп] — шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] — положение корпуса, при котором торс наклоняется вперёд, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] — положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JAZZ HAND [джаз хэнд] — положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] — движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним — шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джерк-пoзиши] — позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад, за грудную клетку, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] — прыжок на двух ногах.

KICK [кик] — бросок ноги вперёд или в сторону на 45° или 90° через вынимание приёмом *developpe*.

LAY OUT [лэй аут] — положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперёд или в сторону.

WCOMOTOR [локомотор] — круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] — округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS BALANCE [па баланс] — па, состоящее из комбинации *tombe upas de bourree*. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже — вперёд-назад.

PAS CHASSE [па шассе] — вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па де бурре] — танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на *demi-plle*. Синоним *step pas de bourree*. В модерн-джаз танце во время *pas de bourree* положение *sur le cou-de-pied* не фиксируется.

PAS DE CHAT [па де ша] — прыжок, имитирующий прыжок кошки. Согнутые в коленях ноги отбрасываются назад.

PAS FAILLJ [па файи] — связующий шаг, состоящий из проведения свободной ноги через проходящее *demplie* по I позиции вперёд или назад, затем на ногу передаётся тяжесть корпуса с некоторым отклонением от вертикальной оси.

PASSE [пассе] — проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (*passer par terre*), либо на 45° или 90°.

PIQUE [пике] — лёгкий укол кончиками пальцев «рабочей» ноги об пол и подъём ноги на заданную высоту.

PIROUTTE [пируэт] — вращение исполнителя на одной ноге *en dehors* или *en dedans*, вторая нога в положении *sur le cou-de-pied*.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] — положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] — вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] — движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «на полупальцах» и *point*.

PREPARATION [препарасьон] — подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

PRESS-POSITION [пресс-позиши] — позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бёдер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] — расширение объёма тела, которое происходит на вдохе.

RELEVÉ [релеве] — подъём на полупальцы.

RENVERSE [ранверсе] — резкое перегибание корпуса в основном из позы *attitude croise*, сопровождающееся *pas de bourree en tournant*.

ROLL DOWN [ролл даун] — спиральный наклон вниз-вперёд, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] — обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBÉ PAR TERRE [рон де жамб пар терр] — круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.

ROVD DE JAM BE EN L 'AIR [рон де жамб анлер] — круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведённом в сторону на высоту 45° или 90°.

SAUTE [соте] — прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

SHIMMI [шимми] — спиральное, закручивающееся движение пелвисом вправо и влево.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] — боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SISSON OUVERTE [сиссон уверт] — прыжок с отлётом вперёд, назад или в сторону, при приземлении одна нога остаётся открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении.

SOUTENU EN TQURNANT [сутеню ан турнан] — поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

SQUARE [сквэа] — четыре шага по квадрату: вперёд-в сторону-назад-в сторону.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] — связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперёд и двух переступаний на полупальцах (синоним step ra de hour ee).

SUNDARI [зундари] — движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперёд-назад.

SURLE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] — положение вытянутой ступни «работающей» ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГ — раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] — резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперёд, в сторону или назад.

TILT [тилт] — угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперёд от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

TOMBÉ [томбе] — падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперёд, в сторону или назад на demi-plie.

TOUCH — приставной шаг или шаг на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

TOUR CHAANES [тур шене] — исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, следующие один за другим полуповороты, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.

Приложение №2

Таблица учета текущего и промежуточного контроля учащихся.

Ф.И. учащегося	Уровни овладения навыками			примечание
	высокий	средний	низкий	

* В графы «уровни овладения навыками» выставляются баллы.