

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр творчества детей и молодёжи «Созвездие» Первомайского

РАССМОТРЕН  
на педагогическом совете  
МБУДО «ЦТДМ «Созвездие»  
Протокол № 1  
«30» августа 2020 г .

УТВЕРЖДЕН  
Директор МБУДО «ЦТДМ  
«Созвездие»  
\_\_\_\_\_ О.В. Шурыгина  
Приказ № 22  
«01» сентября 2020 г .

## «СОЛНЫШКО»

комплекс дополнительных образовательных  
(общеразвивающих) программа  
художественной направленности

*(хореография)*

Возраст обучающихся – 5,5-18 лет

Срок реализации образовательного комплекса – 10 лет

Автор - составитель:  
Скрыпникова Ирина Николаевна,  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории  
МБУДО «ЦТДМ «Созвездие»  
Первомайского района

с. Боровиха 2020 г.

## Содержание

Пояснительная записка .....	3-11
Учебный план .....	11
Образовательная программа «Введение в мир танца».....	12-13
Образовательная программа «От ритмики к танцу».....	14-15
Образовательная программа «Основы классического танца».....	16-21
Образовательная программа «От простого к сложному».....	22-27
Образовательная программа «Основы народного танца».....	28-33
Образовательная программа «Основы современного танца» .....	34-40
Образовательная программа «Основные танцевальные движения» .....	41-47
Образовательная программа «Искусство танца».....	48-55
Образовательная программа «Музыка и танец».....	56-63
Образовательная программа «Путь к совершенству» .....	64-72
Условия реализации образовательного комплекса .....	73-74
Список литературы .....	75

## **Пояснительная записка.**

Предлагаемый комплекс дополнительных образовательных (общеразвивающих) программ объединяет в себе 10 одногодичных программ художественной направленности, он предназначен для организации танцевальной деятельности обучающихся хореографического коллектива в возрасте от 5,5 до 18 лет.

Хореография – средство эстетического воспитания широкого профиля, ее специфика определяется разносторонним воздействием на человека. Решая те же задачи эстетического развития и воспитания детей, что и музыка, танец дает возможность физического развития, что становится особенно важным при существующем положении со здоровьем подрастающего поколения. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. В процессе занятий двигательные навыки постепенно совершенствуются, улучшается их качество, движения становятся более свободными, ритмичными, координированными, пластичными, у детей вырабатывается активное торможение в связи с остановкой в музыке или переходе с одного движения на другое.

Так как занятия хореографией осуществляются под музыку, необходимо обратить особое внимание на качество ее исполнения. Высокохудожественная музыка воспитывает хороший вкус, расширяет музыкальный кругозор детей. Поэтому следует уделять огромное внимание работы педагога с музыкальным материалом.

**Актуальность комплекса программ** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья, получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность** комплекса программ объясняется основными принципами, на которых основывается каждая программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

### ***Специфика программ проявляется:***

- в возможности ребенка продолжать обучение в хореографическом объединении в течение 12 лет;
- начать обучение с любой образовательной программы;
- в обеспечении доступности каждому испытать свои силы в разнообразных формах занятий, возможности увидеть результаты, получить одобрение и поддержку;
- в способе структурирования элементов содержания материала внутри каждой дополнительной образовательной программы комплекса.

### **Нормативная база комплекса дополнительных образовательных (общеразвивающих) программ «Солнышко»:**

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (зарегистрировано в Минюсте РФ 20 августа 2014 г., рег. № 33660);
- закон Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;
- постановление Администрации Алтайского края от 13.11.2012 № 617 «Об утверждении стратегии действий в интересах детей в Алтайском крае на 2012 – 2017 годы»;
- устав МБУДО «ЦТДМ «Созвездие»;
- основная образовательная программа МБУДО «ЦТДМ «Созвездие».
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ЦТДМ «Созвездие», утверждённое приказом директора от 30.08.2017 № 22,

***Цель:***

Воспитание гармоничной разносторонней личности, раскрытие и развитие творческой индивидуальности, художественно-творческого потенциала каждого обучающегося вне зависимости от степени таланта и уровня специальной подготовки.

***Обучающие задачи:***

- формировать целостное представление об искусстве;
- сформировать навыки творческой деятельности;
- сформировать и расширить представления о понятиях общих и специальных для разных видов искусства;
- сформировать навыки и умения в области хореографии;
- работать над повышением уровня исполнительского мастерства: уметь применять на практике полученные знания.

***Развивающие задачи:***

- создать условия реализации творческих способностей;
- развивать память, произвольное внимание, творческое мышление и воображение;
- способствовать укреплению здоровья обучающихся;
- выявлять и развивать индивидуальные творческие способности;
- сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.
- сформировать способность самостоятельного освоения художественных ценностей.
- научить выразительности и пластичности движений
- научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений
- воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

***Воспитательные задачи:***

- способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса, интереса к искусству;
- развивать способность активного восприятия искусства.
- воспитывать наблюдательность, внимание, волевые качества, воображение, память.
- воспитывать доброжелательность, контактность в отношениях со сверстниками.

**Комплекс образовательных программ предназначен** для детей и подростков 5,5-18 лет. Продолжительность реализации 10 - 12 лет.

В творческое объединение, реализующие данный комплекс, принимаются дети с 5,5 лет по интересу, без предъявления специальных требований.

Зачисление в студию производится по заявлению родителей, лиц их заменяющих, с представлением медицинской справки о возможности занятий данным видом деятельности.

Занятия могут проводиться, как со всей группой, так и по подгруппам и индивидуально.

*Продолжительность занятий по годам обучения:*

Год обучения	Количество часов в неделю		Количество часов в год		Продолжительность занятия	Перерыв между занятиями и подготовка к занятиям
	Минимальное	Допустимое	Минимальное	Допустимое		
1	2	2	48	48	25 мин.	30 мин.
2	2	2	54	54	30 мин.	30 мин.
3-6	4	6	144	216	45 мин.	30 мин.
7-12	6	6	216	216	45 мин.	30 мин.

Любое занятие по данным программам по возможности должно содержать ряд структурных элементов:

ЭТАП ЗАНЯТИЯ	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЭТАПОВ ЗАНЯТИЯ ПО МОДУЛЯМ (минуты)				ЧАСОВ В ГОД ПО МОДУЛЯМ (часы)			
			1	2	3	4 - 12	1	2	3	4 - 12
<b>РИТУАЛ НАЧАЛА ЗАНЯТИЯ</b>	Приветствие, настрой на работу.		1	1	2	2	1,2	1,2	2,4	3,6
<b>ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ</b>	Постановка цели данного занятия в контексте всей программы, определение плана работы на занятии		1	3	3	3	1,2	3,6	3,6	5,4
<b>ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ</b>	История и теория хореографии.	Материалы по изучаемой теме.	3	5	5	10	3,6	6	6	18
<b>РАЗМИНКА</b>	Разминка всех групп мышц.		5	30	29	34	6	36	34,8	61,2
<b>РАБОТА НАД ТВОРЧЕСКИМ ПРОЕКТОМ.</b>	Работа над репертуарным материалом.		14	20	20	40	16,8	24	24	72
<b>ИТОГ ЗАНЯТИЯ</b>	Анализ занятия, степени выполнения поставленной цели, индивидуальных впечатлений от занятия. Перспективное планирование на следующее занятие		1	1	1	1	1,2	1,2	1,2	1,8
<b>ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ:</b>			25	60	60	90	30	72	72	162
<b>ПЕРЕМЕНА, ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЮ</b>			15	30	30	30	18	36	36	54

Педагог, работающей по данному комплексу образовательных программ, вправе самостоятельно варьировать количество часов в неделю в зависимости от материально-технических возможностей, педагогической нагрузки, потребностей обучающихся и поставленных задач.

В программах предусмотрены три образовательных уровня. Содержание каждого уровня изменяется в соответствии с целями обучения. Как следствие изменяется и количество часов.

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
Обеспечивает освоение основных понятий предусмотренных программой.	Обеспечивает освоение всех предусмотренных программой знаний и умений.	Обеспечивает углубленное изучение тем программы.
Практические занятия представляют собой минимум необходимый для освоения основных понятий и тем.	Практические занятия позволяют в полном объеме освоить навыки предусмотренные программой.	Практические занятия позволяют значительно углубить знания по изучаемым темам курса.
Для обучающихся старше рекомендованного программой возраста, с целью ускоренного прохождения программы с последующим обучением по базовому уровню рекомендованной по возрасту программой.	Для обучающихся, изучающих образовательный комплекс последовательно согласно возраста.	Для обучающихся, проявляющих особый интерес к образовательной области программы. Возможность реализации индивидуальных занятий.
Для детей с особыми образовательными потребностями (ОВЗ)		Для детей с особыми образовательными потребностями (одаренные)
1 раз в неделю 1x45 или 2x45 ВСЕГО 36 занятий (36, 72 часа)	2 раза в неделю 2x45 ВСЕГО 72 занятия 144 часа	3 раза в неделю 2x45 ВСЕГО 108 занятий 216 часов

Минимальное количество часов позволяет познакомить обучающихся с основными темами курса и начать формирование умений и навыков, предусмотренных программами. Максимальное количество часов дает педагогу возможность более полно познакомить обучающихся с образовательными материалами и сформировать умения и навыки по каждому из разделов. Кроме того использование большего количества часов позволяет проводить индивидуальные занятия с обучающимися с целью коррекции.

Наличие в образовательных программах разных образовательных уровней позволяет педагогу при необходимости реализовывать программу не один год, как это рекомендует комплекс, а в течении двух – трех лет, постепенно переходят от ознакомительного уровня к базовому и продвинутому.

Образовательные уровни так же помогут педагогу создать ситуацию успеха для каждого ребенка в группе, подобрав для него индивидуальную образовательную траекторию.

*Численный состав учебных групп* определяется, исходя из имеющихся условий проведения образовательного процесса, согласно требованиям Сан ПиНа и составляет:

- 1 год обучения – не менее 10-12 человек;
- 2 год обучения – не менее 10 –12 чел;
- 3-12 год обучения – не менее 8 –10 чел.

Реализация комплекса программ проводится в соответствии с основными **педагогическими принципами**: от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Процесс обучения хореографическому искусству в основном построен на реализации дидактических принципов: сознательности и активности, наглядности, доступности и систематичности. Принцип сознательности и активности предусматривает сознательное отношение к занятиям, воспитание у детей заинтересованности в овладении движениями. Преподаватель должен стремиться: точно и доступно формулировать музыкально-двигательную задачу, учитывая особенности и возраст детей. Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений. Используются различные приемы наглядности: прослушивание музыкальных произведений с дальнейшим разбором его по частям, демонстрация упражнений, словесный разбор средств музыкальной выразительности в сочетании с описанием техники исполнения движений; изучение схем, рисунков, наглядных пособий и т. д. Принцип доступности требует постановки задач перед воспитанниками, соответствующих их силам, постепенно повышая трудность осваиваемого материала и соблюдения в обучении элементарных правил: от известного к неизвестному, от простого к сложному. Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования музыкально-двигательных навыков, чередования работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности у детей.

**Технологическую основу** программ составляют следующие технологии:

- педагогические технологии на основе личностной ориентации образовательного процесса:
  - педагогика сотрудничества;
- педагогические технологии на основе эффективности управления и организации образовательного процесса:
  - групповые технологии;
  - технологии индивидуального обучения;
- педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:
  - игровые технологии ;
  - проблемное обучение;
  - проектное обучение.

Реализации этих технологий помогают следующие **организационные формы**: теоретические и практические занятия (групповые, индивидуальные и сводные), показательные выступления, участие в фестивалях и конкурсах.

*На теоретических занятиях* даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, используются данные исторического наследия и передового опыта в области хореографического искусства и жизни в целом.

*На практических занятиях* изложение теоретических положений сопровождается практическим показом самим преподавателем, даются основы хореографического мастерства, культуры движений, проводятся игровые и обучающие тренинги.

*На индивидуальных занятиях* работа проводится с детьми в количестве от 1 до 3 человек. Индивидуальная работа с обучающимися ведется в двух направлениях: для одних - это снятие мышечных зажимов и т.п.; для других – дальнейшее развитие природных задатков.

**Образовательный процесс включает в себя различные методы обучения:**

- репродуктивный (воспроизводящий);
- иллюстративный (объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала);
- проблемный (педагог ставит проблему и вместе с детьми ищет пути ее решения);

- эвристический (проблема формулируется детьми, ими и предлагается способы ее решения);

**воспитания:**

- убеждения,
- упражнения,
- личный пример;
- поощрения.

Все методы обучения реализуются **различными средствами:**

*предметными* - для полноты восприятия учебная работа проводится с использованием наглядных пособий и технических средств;

*практическими* – тренинг, проблемная ситуация, игра, творческое задание,

*интеллектуальными:* логика, воображение, интуиция, мышечная память, внимание

*эмоциональными:* переживание, представление, интерес.

Рациональное применение этих форм, методов и средств обучения обеспечивает эффективность реализации программ.

Для успешной реализации программ комплекса предусматриваются также проведение сводных занятий. *Сводные занятия* преследуют своей целью объединение в совместной деятельности групп разного года обучения.

Программы предусматривают ежегодное изучение следующих образовательных разделов:

- Теория и история хореографии.
- Общефизическое развитие.
- Практика хореографии, постановочная работа, выступления.

Структура каждой программы соответствует логике последовательности работы над творческим проектом.

**СТРУКТУРА ПРОГРАММ**

	Название блока	Период реализации	Содержание работы
	Информационный	Сентябрь.	Введение в предмет. Входящая диагностика.
1	Учебно-практический	Октябрь – ноябрь.	Знакомство с теоретическим материалом, этюд работа над учебным материалом.
2	Практический	Январь - март	Постановочная работа по теме модуля. проектом по созданию танцевальных композиций.
3	Итогово-диагностический	Апрель - май	Показ танцевальных композиций. концерт. итоговая диагностика.

*В программах предусматривается также*

- совместные просмотры и обсуждения танцевальных композиций;
- посещение концертов;
- внутростудийные мероприятия.

*Формы работы с родителями.*

- совместные праздники, творческие конкурсы;
- родительские собрания;
- консультации;

- беседы;
- открытые занятия.

Программа является вариативной. Педагог может вносить изменения в содержания тем, дополнять практические занятия новыми приемами практического исполнения

**Результативность деятельности** определяется от исходного уровня развития ребенка начальным, текущим, итоговым контролем педагога и самоконтролем обучающихся. Главное требование к проведению итоговых контрольных мероприятий заключается в том, чтобы дети хотели их выполнять. Для этого, во-первых, их не должно быть много, и, во-вторых, желательно, чтобы они носили игровой характер.

Итог обучения - самостоятельные постановки хореографических композиций.

Для подведения итогов реализации программы используются следующие **формы**

- открытые занятия;
- концерты;
- тесты;
- фестивали;
- конкурсы.

#### **Педагогический мониторинг.**

Показатели результативности:

- ❖ количество обучающихся, желающих заниматься в творческом объединении;
- ❖ победы в конкурсах различного уровня (международные, всероссийские, областные, районные и городские);
- ❖ качество знаний, умений, навыков, проявляющихся в практическом применении;
- ❖ уровень воспитанности.

#### **Педагогический контроль знаний, умений и навыков обучающихся:**

- ❖ вводный - осуществляется при приеме обучающихся в детское хореографическое объединение и в начале каждого следующего годов обучения;
- ❖ текущий - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- ❖ промежуточный - концерты, конкурсы, тестирование;
- ❖ итоговый - открытые занятия, отчетный концерт, тестирование.

#### **По окончании обучения по комплексу программ выпускники должны:**

*знать:*

- теорию и историю хореографического искусства в целом;
- историю танца;
- танцевальные жанры;
- основы хореографии и сценического движения;
- виды искусств;
- основные хореографические термины;

*должны:*

- освоить основы хореографического мастерства на уровне своих индивидуальных возможностей;
- освоить культуру движений на сцене и в жизни;
- уметь самостоятельно составить простейший постановочный план хореографической композиции;
- уметь самостоятельно организовать постановочный процесс;
- уметь снимать эмоциональное и мышечное напряжение, вызванное нагрузкой на нервную систему при интенсивном обучении;
- уметь свободно проявлять свои лучшие творческие качества;

- владеть навыками совместной деятельности, установления эмоциональных контактов, свободного общения;
- иметь такие творческие умения и навыки как память, внимание, образное мышление;
- анализировать хореографическую постановку;
- участвовать в работе по постановке танцевальных композиций.

***Личностные результаты:***

У обучающихся будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению ровесников;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта участия в танцевальных композициях;
- осознание значимости занятий хореографическим искусством для личного развития.

***Метапредметные результаты***

***Регулятивные УУД:***

Обучающиеся овладеют способностью:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над композицией;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью педагога позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

***Познавательные УУД:***

Обучающиеся научатся:

- пользоваться приёмами анализа и синтеза при просмотре видеозаписей, проводить сравнение и анализ танцевальных движений;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности при выполнении танцевальных движений.

***Коммуникативные УУД:***

Обучающиеся приобретут умения:

- оценивать действия других детей и сравнивать со своими действиями.
- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, учитывать мнения ровесников, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль

***Воспитательные результаты работы*** по данному комплексу можно оценить по трём уровням:

Результаты первого уровня (Приобретение социальных знаний): овладение способами самопознания, рефлексии; приобретение социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия; развитие танцевальных способностей.

Результаты второго уровня (формирование ценностного отношения к социальной ре-

альности): получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, культура).

Результаты третьего уровня (получение опыта самостоятельного общественного действия): обучающийся может приобрести опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений, опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы учебного курса	Количество часов										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	11- 12	
1	Введение. Инструктажи, целеполагание, итог занятий, перспективный план.	3,6	6	7,2	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8	10,8
2	Теория и история хореографии.	3,6	6	6	18	18	18	18	18	18	18	18
3	Общефизическое развитие (разминка)	6	36	34,8	61,2	61,2	61,2	61,2	61,2	61,2	61,2	61,2
4	Практика хореографии. Постановочно-репетиционная работа. Выступления.	16,8	24	24	72	72	72	72	72	72	72	72
	ВСЕГО часов:	30	72	72	162	162	162	162	162	162	162	162
	ВСЕГО занятий:	36	72	72	108	108	108	108	108	108	108	108

## ***Введение в мир танца***

***Рекомендуемый возраст обучающихся: 5,5 – 6 лет.***

***Рекомендуемый год обучения – 1.***

***Продолжительность занятий: 2 раза в неделю 2 x 30 мин.***

### ***Цель обучения:***

создание комфортной эмоциональной среды для формирования потребности детей в регулярных занятиях по хореографии.

### ***Задачи:***

- дать первоначальные знания по хореографии;
- ознакомить с историей возникновения хореографии;
- формировать навыки сценического движения;
- способствовать развитию пластики, внимания, воображения, образного мышления;
- воспитывать стремление к взаимопомощи, поддержке, доброму отношению друг к другу;

## **Учебный план**

№	Разделы учебного курса	Всего часов	В том числе		
			Теория	Практика	
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	2	1	1	
2	История хореографического искусства.	6	4	2	
3	Азбука музыкального движения.	12	2	10	
4	Ритмика в танцевальных фрагментах.	17	2	15	
5	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	18	2	16	
6	Постановочная работа. Выступления.	17	5	12	
		Всего часов	72	16	56
		Всего занятий	72		

## Содержание тем учебного курса

1. **Введение.** Знакомство с вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
2. **История возникновения и развития хореографического искусства.** Как появился танец. Виды танцев.
3. **Азбука музыкального движения.** Темп (быстро, медленно, умеренно). Правила и логика построений. Маршировка в темпе и ритме музыки (шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево). Повороты на месте (строевые), продвижения на углах, с прыжком (вправо, влево). Перестроение из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два, продвижение по кругу, звездочка. Танцевальные шаги (с носка на пятку). Танцевальные шаги в образах (оленья, журавля и др.). Характер исполнения танцев. Основной шаг. Хлопки. Подскок.
4. **Ритмика в танцевальных фрагментах.** Этюды стоя: «Петушки и курочки», «Воротники», «Старенькая бабушка», «Зайчик», «Мячики», «Ковбои», «Займи место», «Делай, как я, делай лучше меня». Этюды на полу: «Мостик», «Дерево осенью», «Уголки», «Лягушечка», «Карандаш», «Каратист», «Страус», «Лодочка», «Мячик», «Хвостик». Танцевальный бег, подскоки, марш, прыжки. Упражнения на отдых, музыкальные подвижные игры «Совушка», «Эхо».
5. **Основы образно-игровой партерной гимнастики.** Упражнение на гибкость, эластичность мышц.
6. **Постановочная работа. Выступления.** Разучивание танцевальных композиций и этюдов.

### Ожидаемые результаты:

**Должен знать:** правило постановки корпуса, правило постановки рук, правило о выворотном положении ног, термины: рисунок танца, названия основных позиций рук и ног, виды и жанры музыки: (песня, танец, марш).

**Должен уметь:** различать музыкальные произведения по темпу и характеру, исполнять поклон, выполнять комплекс партерной гимнастики, определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей, исполнять импровизации на заданную тему.

## От ритмики к танцу

*Рекомендуемый возраст обучающихся: 6 - 7 лет.*

*Рекомендуемый год обучения – 2.*

*Продолжительность занятий: 2 раза в неделю 2 x 30 мин.*

**Цель обучения:**

создание комфортной эмоциональной среды для формирования и развития художественно-творческих способностей учащихся в области хореографического искусства;

**Задачи:**

- формировать интерес к хореографическому искусству;
- обучать основам хореографического мастерства;
- развивать творческие способности ребенка, образное мышление, внимание, произвольную память, ассоциативную фантазию, воображение;
- воспитывать личностные качества – ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

## Учебный план

№	Разделы учебного курса	Всего часов	В том числе		
			Теория	Практика	
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	2	1	1	
2	История хореографического искусства.	6	4	2	
3	Азбука музыкального движения.	12	2	10	
4	Ритмика в танцевальных фрагментах.	17	2	15	
5	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	18	2	16	
6	Постановочная работа. Выступления.	17	5	12	
		Всего часов	72	16	56
		Всего занятий	72		

## Содержание тем учебного курса

1. **Введение.** Знакомство с вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
2. **История возникновения и развития хореографического искусства.** Истоки русского танца. История костюма.
3. **Азбука музыкального движения.** Музыкальные танцевальные жанры: медленные, хороводные, быстрые плясовые, эстрадные. Упражнения на развитие чувства ритма: сочетание хлопков и притопов, сочетание прыжков и шагов. Движение в пространстве: прочесы, змейка, до за до. Положение в паре: танцевальные шаги прямо, по диагонали, по кругу, лицом друг к другу. Танцевальные элементы: шаги с плие, переменный шаг. Разновидности бега, подскоки, галоп. Приставной шаг, в сочетании с деми-плие.
4. **Ритмика в танцевальных фрагментах.** Разминка на все мышцы тела, гимнастика (в форме игры). Упражнения на развитие памяти, воображения, внимания. Музыкально – ритмические навыки.
5. **Основы образно-игровой партнерной гимнастики.** Партерный экзерсис в положении сидя, лежа на полу: упражнение на развитие подъема стопы, на развитие гибкости.
6. **Постановочная работа. Выступления.** Разучивание танцевальных композиций и этюдов.

### Ожидаемые результаты:

**Должен знать:** термин рисунок танца, названия основных позиций рук и ног, танцевальные жанры: медленные, хороводные, быстрые плясовые, эстрадные, разновидности бега, подскоки, галоп.

**Должен уметь:** уметь работать в паре и группе, ориентироваться в пространстве, уверенно выполнять основные элементы и упражнения партнерной гимнастики, уметь выполнять танцевальные элементы: шаги с плие, переменный шаг.

## **Основы классического танца**

**Рекомендуемый возраст обучающихся:** 7 – 8 лет.

**Рекомендуемый год обучения:** - 3.

**Продолжительность занятий:** 2 раза в неделю 2 x 30 мин.

**Цель обучения:** продолжить прививать устойчивый и углубленный интерес детей к хореографическому искусству, формировать средствами музыки и ритмических движений разнообразные умения, способности, качества личности.

### **Задачи:**

- знакомить с историей классического танца;
- совершенствовать начальные технические умения и навыки исполнительского хореографического искусства;
- знакомить с основами классического танца;
- развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела;
- заложить основы сплоченного детского коллектива.

### **Учебный план**

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2x30			Базовый уровень 2 раза в неделю 2x30			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2x30		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	1	1	1	1	0.5	0.5
2	История хореографического искусства.	2	1	1	4	3	1	8	7	1
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	4	1	3	6	1	5	12	1	11
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	5	1	4	7	1	6	14	1	13
5	Классический танец.	6	1	5	11	1	10	15	1	14
6	Народно-сценическая хореография.	6	1	5	11	1	10	15	1	14
7	Современный танец.	6	1	5	11	1	10	15	1	14
8	Постановочная работа. Выступления.	6	1	5	21	1	20	28	2	26
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	36	7.5	28.5	72	10	62	108	14.5	93.5
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	36			72			108		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b>Введение</b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия
<b>История хореографического искусства</b>		
Рождение искусства танца. Танец в древних цивилизациях. Классический танец. Балет.	Рождение искусства танца. Танец в древних цивилизациях. Танец в древней Греции и Древнем Риме. Классический танец. Балет.	Рождение искусства танца. Танец в древних цивилизациях. Танец в древней Греции и Древнем Риме. Танцы разных эпох. Истоки русского танцевального искусства. Классический танец. Балет.
<b>Ритмика в танцевальных фрагментах</b>		
Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз: а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку; б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы. Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам; б) умение держать линию, колонну; в) соблюдать интервалы, строить круг;	Работа над постановкой корпуса: Изучение позиций ног: I, II, III. Изучение положений рук: на поясе, варианты простых <i>port de bras</i> с вытянутыми руками. Постановка спины: а) упражнения на ассоциациях («солдатик», «столбик» и т.д.); б) работа с предметами (палка, скакалка). Упражнения на натянутость ног и постановку спины: б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе. Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:	Работа над постановкой корпуса: Изучение позиций ног: VI, I, II. Изучение положений рук: на поясе, варианты простых <i>port de bras</i> с вытянутыми руками. Постановка спины: а) упражнения на ассоциациях («солдатик», «столбик» и т.д.); б) работа с предметами (палка, скакалка). Упражнения на натянутость ног и постановку спины: а) <i>battmantendu</i> вперёд по VI позиции; б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе. Упражнения на развитие чувства ритма и

<p>г) соблюдать интервалы во время движения; д) знать своё место в зале.</p>	<p>а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку; б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы. Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам; б) умение держать линию, колонну; в) соблюдать интервалы, строить круг; г) соблюдать интервалы во время движения; д) знать своё место в зале.</p>	<p>определение законченности музыкальных фраз: а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку; б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы. Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам; б) умение держать линию, колонну; в) соблюдать интервалы, строить круг; г) соблюдать интервалы во время движения; д) знать своё место в зале.</p>
<p><b>Основы образно-игровой партерной гимнастики</b></p>		
<p>Методика исполнения партерной гимнастики: а) разминка стоп; б) «складка» по направлениям; в) «бабочка»; г) «велосипед»; д) «поезд». Растяжка в игровой форме, выполнение Аленького моста; Музыкально-танцевальные игры: «Сделай как я», «Зеркало», «Невесомость».</p>	<p>Методика исполнения партерной гимнастики: а) разминка стоп; б) «складка» по направлениям; в) «бабочка»; г) «велосипед»; д) «поезд»; е) «лодочка». Растяжка в игровой форме, выполнение маленького моста; выполнение среднего моста; выполнение высокого моста с пола. Выполнение элемента «колесо». Музыкально-танцевальные игры: «Сделай как я», «Зеркало», «Невесомость».</p>	<p>Методика исполнения партерной гимнастики: а) разминка стоп; б) «складка» по направлениям; в) «бабочка»; г) «велосипед»; д) «поезд»; е) «лодочка». ж) «лягушка»; з) «неваляшка». Растяжка в игровой форме, выполнение Аленького моста; выполнение среднего моста; выполнение высокого моста с пола. Выполнение элемента «колесо». Музыкально-танцевальные игры: «Сделай как я», «Зеркало», «Невесомость».</p>
<p><b>Классический танец</b></p>		
<p>Постановка корпуса. Изучение позиции</p>	<p>Постановка корпуса. Изучение позиции ног: I,</p>	<p>Постановка корпуса. Изучение позиции ног: I, II, V.</p>

<p>ног: I, II. Позиции рук: подготовительная, I, II, III. Battement tendu лицом к станку по I позиции вперед и в сторону; исполнение 1-ое port de bras; исполнение temps leve soule по 1-ой позиции лицом к станку.</p> <p>Исполнение demi plie и grand plie по 1 –ой и 2-ой позиции лицом к станку; подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку; подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку; исполнение releve lent на 45 градусов лицом к станку по 1 –ой позиции.</p>	<p>II. Позиции рук: подготовительная, I, II, III. Battement tendu лицом к станку по I позиции вперед и в сторону; battement tendu jete лицом к станку по 1 позиции в сторону; Исполнение 1-ое port de bras; исполнение temps leve soule по 1-ой позиции лицом к станку; исполнение temps leve soule по 2-ой позиции лицом к станку; исполнение demi plie и grand plie по 1 –ой и 2-ой позиции лицом к станку.</p> <p>Подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку. Подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку. Исполнение releve lent на 45 градусов лицом к станку по 1 –ой позиции.</p>	<p>Позиции рук: подготовительная, I, II, III. Battement tendu лицом к станку по I позиции вперед и в сторону; battement tendu лицом к станку по 1 позиции вперед, в сторону и назад; battement tendu jete лицом к станку по 1 позиции вперед и в сторону; исполнение 1-ое port de bras. Исполнение temps leve soule по 1-ой, 2-ой и 5-ой позиции лицом к станку. Исполнение demi plie и grand plie по 1 –ой, 2-ой и 5-ой позиции лицом к станку; подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку. Подготовка к исполнению demi round de jambe par terre en dehors и en dedans по 1-ой позиции лицом к станку. Исполнение releve lent на 45 и 90 градусов лицом к станку по 1 –ой позиции. Исполнение grand battement лицом к станку по 1 –ой позиции в сторону.</p>
<p><b>Народно-сценическая хореография</b></p>		
<p>Упражнения у станка и на середине – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Контрастность стиля русских, белорусских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).</p> <p>Полу приседание и полное приседание по I, II, открытыми позициями.</p> <p>Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро</p>	<p>Упражнения у станка и на середине – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Контрастность стиля русских, белорусских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).</p> <p>Полу приседание и полное приседание по I, II, III, IV открытым позициям, плавные и резкие.</p> <p>Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука</p>	<p>Упражнения у станка и на середине – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Контрастность стиля русских, белорусских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).</p> <p>Полу приседание и полное приседание по I, II, III, IV и V открытым позициям, плавные и резкие.</p> <p>Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в сторону, назад), лицом к станку.</p> <p>Переступание на полу пальцах – в разных ритмиче-</p>

<p>каблука (вперед), лицом к станку. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед и в сторону). Упражнения на середине зала, верчение. Изучение позиций рук, позиций ног.</p>	<p>(вперед, в сторону), лицом к станку. Переступание на полу пальцах. Скольжение по ноге (подготовка к веревочке), в открытом положении на всей стопе опорной ноги; размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед и в сторону). Упражнения на середине. Верчение.</p>	<p>ских сочетаниях. Ковырялочка. Скольжение по ноге (подготовка к веревочке) в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги; размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед и в сторону). Подготовка к каблучным движениям. Упражнения на середине. Верчение. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев.</p>
<p><b><i>Современный танец</i></b></p>		
<p>Постановка корпуса в современном танце; постановка рук (I, II, III, подготовительная) в современном танце; позиции ног в современном танце (I, II, II параллельная, VI); исполнение позиции L в разном темпе и ритме, исполнение танцевального шага; исполнение бокового галопа в разном темпе и ритме со сменой ног. Упражнения: «самолёт», «буратино», «лес», «бабочка», «ножницы». Выполнение упражнений игрового стрейчинга, выполнение упражнений изоляции головы и плеч. <b><i>Бальные танцы.</i></b></p>	<p>Постановка корпуса в современном танце; постановка рук (I, II, III, IV, V, подготовительная) в современном танце позиции ног в современном танце (I, II, II параллельная, VI); исполнение позиции L в разном темпе и ритме, исполнение танцевального шага; исполнение бокового галопа в разном темпе и ритме со сменой ног. Упражнения: «самолёт», «буратино», «лес», «бабочка», «ножницы». Выполнение упражнений игрового стрейчинга, выполнение упражнений изоляции головы и плеч; выполнение «контракции» и «релакции» на 4/4, выполнение элемента «арка», выполнение table по I, II, II параллельной, VI позиции. <b><i>Бальные танцы.</i></b></p>	<p>Постановка корпуса в современном танце; постановка рук (I, II, III, IV, V, подготовительная) в современном танце позиции ног в современном танце (I, II, II параллельная, VI); исполнение позиции L в разном темпе и ритме, исполнение танцевального шага; исполнение бокового галопа в разном темпе и ритме со сменой ног. Упражнения: «самолёт», «буратино», «лес», «бабочка», «ножницы», «цветочная клумба», «качеля», «замок». Выполнение упражнений игрового стрейчинга, выполнение упражнений изоляции головы и плеч; выполнение «контракции» и «релакции» на 4/4, выполнение элемента «арка», выполнение table по I, II, II параллельной, VI позиции. <b><i>Бальные танцы.</i></b></p>
<p><b><i>Постановочная работа. Выступления.</i></b></p>		
<p>Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.</p>	<p>Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.</p>	<p>Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.</p>

## Ожидаемый результат

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<p><i>должен знать:</i> историю классического танца; виды и жанры хореографии; классические термины.</p> <p><i>должен уметь:</i> выполнять основные элементы классического танца.</p>	<p><i>должен знать</i> историю классического танца; виды и жанры хореографии; классические термины; лучшие образы хореографического искусства; правила постановки корпуса; позиции рук и ног в классическом танце.</p> <p><i>должен уметь:</i> мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле; выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; контролировать и координировать своё тело; выполнять основные элементы классического танца.</p>	<p><i>должен знать:</i> историю классического танца; виды и жанры хореографии; классические термины; лучшие образы хореографического искусства; правила постановки корпуса; позиции рук и ног в классическом танце.</p> <p><i>должен уметь:</i> мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле; выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; контролировать и координировать своё тело; сопереживать и чувствовать музыку; создавать собственные этюды, используя не только элементы, выученные на уроках, но и применение собственных источников; реализовать свои идеи в движении; при работе в группе находить общий язык со всеми.</p>

## От простого к сложному

Рекомендуемый возраст обучающихся: 8-9 лет.

Рекомендуемый год обучения: 4.

Продолжительность занятий: 2 раза в неделю 2x 45 мин.

### Цель обучения:

создание условий для эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития с помощью хореографического искусства

### Задачи:

- обучать навыкам технического выполнения основных упражнений на середине танцевального зала;
- развивать физическую подготовку: силу, выносливость, ловкость;
- развивать навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе;
- воспитывать бережное отношение к концертным костюмам и атрибутике;
- обучить правилам культуры поведения на сценической площадке;

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2x45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2x45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2x45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	<b>72</b>			<b>72</b>			<b>108</b>		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b>Введение</b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
<b>История хореографического искусства</b>		
Танцевальное искусство в России XVII-XVIII вв.	Танцевальное искусство в России XVII-XVIII вв. Развитие танца в средние века и в эпоху Возрождения.	Танцевальное искусство в России XVII-XVIII вв. Развитие танца в средние века и в эпоху Возрождения.
<b>Ритмика в танцевальных фрагментах</b>		
Танцевальные элементы: а) бег; в) приставной шаг; д) вынос ноги на каблук в сторону; е) притоп; ж) подскоки на месте; д) галоп. Par terre: а) постановка спины (работа с палочками); б) работа стоп; в) упражнения на натянутость ног; г) растяжка; д) упражнения на гибкость; е) профилактика сколиоза (упражне-	Танцевальные элементы: а) бег; в) приставной шаг; д) вынос ноги на каблук в сторону; е) притоп; ж) подскоки на месте и в продвижении; д) галоп. Par terre: а) постановка спины (работа с палочками); б) работа стоп; в) упражнения на натянутость ног; г) растяжка; д) упражнения на гибкость;	Танцевальные элементы: а) бег; б) прыжки по VI позиции; в) приставной шаг; г) приставной шаг с plie; д) вынос ноги на каблук в сторону; е) притоп; ж) подскоки на месте и в продвижении; д) галоп. Par terre: а) постановка спины (работа с палочками); б) работа стоп; в) упражнения на натянутость ног; г) растяжка; д) упражнения на гибкость;

<p>ния на растягивание позвоночника).</p>	<p>е) профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника).</p>	<p>е) профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника).</p>
<p><b><i>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</i></b></p>		
<p>Выполнение удержания позы в стойке на локтях; исполнение переворота вперед через стойку на локтях; исполнение стойки на руках с удержанием позы.</p>	<p>Исполнение стойки на голове с раскрытием в поперечный шпагат; выполнение удержания позы в стойке на локтях; исполнение переворота вперед через стойку на локтях; исполнение стойки на руках с удержанием позы. Выполнение гимнастических упражнений: « мостик», « рыбка», « лягушка», и др.</p>	<p>Исполнение стойки на голове с раскрытием в поперечный шпагат; выполнение удержания позы в стойке на локтях; исполнение переворота вперед через стойку на локтях; исполнение стойки на руках с удержанием позы. Выполнение гимнастических упражнений: « мостик», « рыбка», « лягушка», и др.- проводится на протяжении всех лет. Обучения с постепенным усложнением программного материала. Техника исполнения упражнений для развития подвижности стоп. Техника исполнения упражнений для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности. Техника исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Техника исполнения упражнений на укрепление мышц брюшного пресса. Техника исполнения упражнений на растяжку и развитие танцевального шага. Техника исполнения акробатические упражнения.</p>
<p><b><i>Классический танец</i></b></p>		
<p>Battemente tendu лицом к станку по I, II позиции вперед и в сторону; battemente tendu по I, II позиции одной рукой за палку. Исполнение rond de jambe par terre одной рукой за палку. Исполнение battemente tendu jete из I, II позиции вперед и в сторону одной рукой за палку; исполнение rond de jambe en l air лицом к станку en dehors.</p>	<p>Battemente tendu лицом к станку по I, II позиции «крестом»; battemente tendu по I, II позиции одной рукой за палку. Исполнение 3 -е port de bras; исполнение petit echange лицом к станку; исполнение pas de bourre; исполнение rond de jambe par terre одной рукой за палку en dehors и en dedans; исполнение battemente tendu jete из I, II позиции по всем направлениям одной рукой за палку; исполнение rond de jambe en l air ли-</p>	<p>Battemente tendu лицом к станку по 5 позиции «крестом»; battemente tendu по I, II и V позиции одной рукой за палку. Исполнение 3 -е port de bras. исполнение petit echange лицом к станку; подготовительное упражнение для assemble лицом к станку; исполнение pas de bourre; исполнение rond de jambe par terre одной рукой за палку en dehors и en dedans; исполнение battemente tendu jete из I, II и V позиции по всем направлениям одной рукой за палку; исполнение rond de jambe en l air лицом к станку en dehors; исполнение rond de jambe en l air лицом к станку en dedans. исполнение releve lend на 90 градусов одной рукой за станок; исполнение grand battement одной</p>

	цом к станку en dehors.	рукой за палку по 1 -ой позиции.
<b><i>Народно-сценическая хореография</i></b>		
<p>Увеличивается объем движений у станка.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полные приседания (Plie); I и II позиция;</li> <li>- вытягивания ноги (Battement tendu);</li> <li>- броски вытянутой ноги (Battement tendu jete); I позиция, вперед и в сторону;</li> <li>- полукруг ногой по полу;</li> <li>- круговое;</li> <li>а) присядка, ковырялочка;</li> <li>б) присядка в комбинации с хлопушкой.</li> </ul> <p>Экзерсис на середине:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции рук;</li> <li>- прыжки;</li> <li>- дробные выстукивания (подготовка к ключу);</li> <li>- движения по диагонали.</li> </ul>	<p>Увеличивается объем движений у станка.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полные приседания (Plie);</li> <li>- вытягивания ноги (Battement tendu);</li> <li>- броски вытянутой ноги (Battement tendu jete);</li> <li>- ковырялочка открытая;</li> <li>- полукруг ногой по полу;</li> <li>- круговое;</li> <li>- battement fondu (в молдавском характере);</li> <li>- подготовка к верёвочке, верёвочка (в венгерском характере):</li> <li>- «заворот», «разворот» бедра работающей ноги;</li> <li>- мягкое открывание ноги на 45 градусов;</li> <li>- поднимание на одной ноге;</li> <li>- присядка (для мальчиков);</li> <li>а) присядка с ковырялочкой;</li> <li>б) присядка в комбинации с хлопушкой.</li> </ul> <p>Экзерсис на середине:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции рук;</li> <li>- прыжки;</li> <li>- дробные выстукивания (подготовка к ключу);</li> <li>- движения по диагонали.</li> </ul>	<p>Увеличивается объем движений у станка.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полные приседания (Plie); I и II позиция;</li> <li>- вытягивания ноги (Battement tendu);</li> <li>- броски вытянутой ноги (Battement tendu jete); I позиция, вперед и в сторону;</li> <li>- ковырялочка открытая, закрытая;</li> <li>- полукруг ногой по полу каблуком;</li> <li>- восьмёрка;</li> <li>- Battement fondu (в молдавском характере);</li> <li>- подготовка к верёвочке, верёвочка (в венгерском характере);</li> <li>а) с акцентом вверх (синкопа);</li> <li>б) с подниманием на полупальцы опорной ноги;</li> <li>в) двойная;</li> <li>г) тройная;</li> <li>- «заворот», «разворот» бедра работающей ноги;</li> <li>- мягкое открывание ноги на 45 градусов;</li> <li>- поднимание на полупальцы на одной ноге;</li> <li>- присядка (для мальчиков);</li> <li>а) присядка с ковырялочкой;</li> <li>б) присядка в комбинации с хлопушкой.</li> </ul> <p>Экзерсис на середине:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции рук;</li> <li>- прыжки;</li> <li>- дробные выстукивания (подготовка к ключу);</li> <li>- движения по диагонали.</li> </ul>

***Современный танец***

<p>Упражнения: «ролл», «волна», «перекат», «разножка», «арка», упражнения на прокачивание всех групп мышц, выполнение упражнений изоляции бёдер; выполнение «контракции» и «релакции» на 2/4; выполнение движения «водолаз»; прыжков из положения сидя; выполнение прыжка «кошка».</p>	<p>Упражнения: «волна»; «перекат», «разножка», упражнения на прокачивание всех групп мышц, выполнение упражнений изоляции бёдер; выполнение «контракции» и «релакции» на 2/4, из положения сидя; выполнение верхних прыжков; выполнение прыжка «кошка»; выполнение прыжков из положения сидя; выполнение шага - «слайд»; выполнение простых кроссов по 6-ой позиции; выполнение roll и dollfin; выполнение боковой «волны».</p>	<p>Упражнения: «ролл», «волна», «перекат», «разножка», «арка»; упражнения на прокачивание всех групп мышц; выполнение упражнений изоляции бёдер; выполнение «контракции» и «релакции» на 2/4; выполнение движения «водолаз»; выполнение движения «свинг»; выполнение прыжков из положения сидя; выполнение верхних прыжков; выполнение прыжка «кошка»; выполнение прыжков из положения сидя; выполнение верхних прыжков; выполнение шага - «слайд»; выполнение простых кроссов по 6-ой позиции; выполнение roll и dollfin; выполнение боковой «волны».</p>
<p><b><i>Постановочная работа, выступления.</i></b></p>		
<p>Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.</p>	<p>Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.</p>	<p>Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.</p>

## Ожидаемый результат

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<p><i>должен знать:</i> позиции и положения рук и ног; азбука классического экзерсиса; простейшие танцевальные комбинации.</p> <p><i>должен уметь:</i> определять характер и жанр музыкального произведения, освоить основные элементы и упражнения партерной гимнастики, ориентироваться в основных танцевальных рисунках – фигурах, ракурсах.</p>	<p><i>должен знать:</i> основные позиции и положения рук и ног; азбука классического экзерсиса; комплекс ритмической разминки; - последовательность упражнений, направленных на развитие определенных групп мышц, двигательных функций и исправление недостатков осанки; простейшие танцевальные комбинации.</p> <p><i>должен уметь:</i> определять характер и жанр музыкального произведения, различать его форму, освоить элементы и упражнения партерной гимнастики с координацией движений; ориентироваться в основных танцевальных рисунках – фигурах, ракурсах – эпольманах корпуса; успешно освоить и выразительно танцевать репертуарную программу.</p>	<p><i>должен знать:</i> основные позиции и положения рук и ног; азбука классического экзерсиса; комплекс ритмической разминки; последовательность упражнений, направленных на развитие определенных групп мышц, двигательных функций и исправление недостатков осанки; простейшие танцевальные комбинации.</p> <p><i>должен уметь:</i> определять характер и жанр музыкального произведения, различать его форму, выразительно передать характер в танце – импровизации; освоить основные элементы и упражнения партерной гимнастики с усложненной координацией движений; ориентироваться в основных танцевальных рисунках – фигурах, ракурсах – эпольманах корпуса; успешно освоить и выразительно танцевать репертуарную программу, составленную на синтезе народного танца, свободной пластики, пантомимы.</p>

## **Основы народного танца**

**Рекомендуемый возраст обучающихся: 9-10 лет**

**Рекомендуемый год обучения: 5.**

**Продолжительность занятий: 3 раза в неделю 2х 45 мин.**

**Цель обучения:**

развивать творческие и исполнительские способности обучающихся в области хореографического искусства, технику владения своим телом, умение воплощать музыкально-двигательные образы.

**Задачи:**

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации),
- изучение танцевальных элементов народного танца;
- развитие элементарных навыков, координации движений на середине зала;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

### **Учебный план**

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2х45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2х45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2х45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	<b>Всего часов</b>	<b>72</b>	<b>14.5</b>	<b>57.5</b>	<b>144</b>	<b>19</b>	<b>125</b>	<b>216</b>	<b>23</b>	<b>193</b>

	ВСЕГО ЗАНЯТИЙ	72			72			108	
--	---------------	----	--	--	----	--	--	-----	--

### Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b><i>Введение</i></b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
<b><i>История хореографического искусства</i></b>		
Народный танец. История возникновения и развития. Жанры.	Народный танец. История возникновения и развития. Жанры.	Народный танец. История возникновения и развития. Жанры.
<b><i>Ритмика в танцевальных фрагментах</i></b>		
Работа над постановкой корпуса: изучение III позиции ног, изучение положения рук: «за юбочки» (девочки). Постановка спины: продолжение работы с предметами. Упражнения на развитие чувства ритма: сочетание хлопков и притопов. Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу; б) танцевальные движения на месте. Движения в пространстве: а) прочёсы;	Работа над постановкой корпуса: изучение III позиции ног, изучение положения рук: «за юбочки» (девочки). Постановка спины: продолжение работы с предметами. Упражнения на развитие чувства ритма: а) сочетание хлопков и притопов; б) сочетание прыжков и шагов. Работа над умением ориентироваться в пространстве. Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве: а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу; б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.	Работа над постановкой корпуса: изучение III позиции ног. Изучение положения рук: «за юбочки» (девочки). Постановка спины: продолжение работы с предметами. Упражнения на развитие чувства ритма: а) сочетание хлопков и притопов; б) сочетание прыжков и шагов. Работа над умением ориентироваться в пространстве. Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве: а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу; б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях. Движения в пространстве: а) прочёсы; б) змейка; в) до за до

<p>б) змейка; в) до за до. Положение в паре: а) в продвижении по кругу; б) по диагонали; в) лицом друг к другу.</p>	<p>Движения в пространстве: а) прочёсы; б) змейка; в) до за до. Положение в паре: а) в продвижении по кругу; б) по диагонали; в) лицом друг к другу.</p>	<p>Положение в паре: а) в продвижении по кругу; б) по диагонали; в) лицом друг к другу.</p>
<p><b><i>Основы образно-игровой партерной гимнастики</i></b></p>		
<p>Упражнения: захват двух ног в положении лёжа, «капелька», «кобра»; исполнение переворота вперёд с приземлением на две ноги, исполнение переворота назад с двух ног. Музыкально-танцевальная игра «Вместе мы сила».</p>	<p>Упражнения: захват двух ног в положении лёжа, «капелька», «кобра»; «кобра» с захватом ног сзади; исполнение стойки на голове; исполнение стойки на локтях с раскрытием в шпагат; исполнение переворота через мост назад; исполнение переворота вперёд с приземлением на две ноги, исполнение переворота назад с двух ног. Музыкально-танцевальная игра «Вместе мы сила».</p>	<p>Упражнения: захват двух ног в положении лёжа, «капелька», «кобра»; «кобра» с захватом ног сзади; исполнение стойки на голове; исполнение стойки на локтях с раскрытием в шпагат; исполнение переворота через мост назад, вперёд; исполнение переворота вперёд с приземлением на две ноги; исполнение переворота назад с двух ног. Упражнения для развития подвижности стоп: натяжение и сокращение стоп; круговые движения; работа стопами по I, VI позициям. Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности; упражнение «бабочка»; упражнение «лягушка»; наклоны в положении «разножка»; упражнение на выворотность стоп по 1-й позиции. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Музыкально-танцевальная игра «Вместе мы сила».</p>
<p><b><i>Классический танец</i></b></p>		
<p>Battement tendu по I, II позиции одной рукой за палку; исполнение battement tendu с переходом в 4-ю позицию; исполнение rond de jambe par terre с port de bras по III позиции одной рукой за палку en dehors и en</p>	<p>Battement tendu по I, II позиции «крестом» одной рукой за палку; исполнение battement tendu с переходом в 4-ю позицию; исполнение pas de bourre с переменной ног лицом к станку; исполнение rond de jambe par terre с port de bras по 3 позиции одной рукой за палку en dehors и</p>	<p>Battement tendu по V позиции «крестом» одной рукой за палку; исполнение battement tendu с переходом в 4-ю позицию; исполнение pas de bourre с переменной ног лицом к станку; исполнение rond de jambe par terre с port de bras по позиции одной рукой за палку en dehors и en dedans; исполнение rond de jambe en l air en dehors и en dedans одной ру-</p>

<p>dedans; исполнение rond de jambe en l'air en dehors и en dedans одной рукой за палку.</p>	<p>en dedans; исполнение rond de jambe en l'air en dehors и en dedans одной рукой за палку; исполнение battemente frappes на 25 градусов; исполнение battemente double frappes вперед и в сторону; исполнение petit battemente sur le cou – de pied с акцентом; исполнение battemente developpe одной рукой за палку по всем направлениям; исполнение маленьких поз: croise и efface; исполнение assemble на середине зала; исполнение echarpee; исполнение 2 и 3 port de bras.</p>	<p>кой за палку; исполнение battemente frappes на 25 градусов; исполнение battemente double frappes по всем направлениям; исполнение petit battemente sur le cou – de pied с акцентом; исполнение battemente developpe одной рукой за палку по всем направлениям; исполнение маленьких поз: croise и efface; исполнение assemble на середине зала; исполнение echarpee; исполнение 2 и 3 port de bras.</p>
<p><b>Народно-сценическая хореография</b></p>		
<p>Повторяются движения у станка. Новые движения. Батман тандю, батман тандю жете: вперед, в сторону, батман фондю. Упражнения на середине. Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком. Ходы. Закрепляются навыки и знания первого и второго года обучения. «Девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед.</p>	<p>Повторяются движения у станка. Новые движения. Батман тандю, батман тандю жете: вперед, в сторону, с маленьким броском; батман фондю. Девелоппе - вперед и в сторону, плавные, резкие. Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой - в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперед. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги. Упражнения на середине. Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком. Ходы. Закрепляются навыки и знания первого и второго годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперед и назад. «Девичий шаг» с переступанием, два шага с</p>	<p>Повторяются движения у станка. Новые движения. Батман тандю - скольжение стоп по полу: с поворотом ноги в закрытое положение - в сторону. Батман тандю жете - маленькие броски: вперед, в сторону, назад; с одним ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука). Батман тандю в полуприседании на опорной ноге. Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов. Девелоппе - развертывание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону; плавные, резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой; в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперед. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги. Упражнения на середине. Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком. Ходы. Закрепляются навыки и</p>

	<p>последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед и назад. Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги. «Веревочка» простая. «Ключ» – однойной не сложный.</p>	<p>знания первого и второго годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперед и назад. «Девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед и назад. Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги. «Веревочка» - простая и с переступанием. «Ключ» - дробный, сложный.</p>
<b><i>Современный танец</i></b>		
<p>Исполнение перекатов; исполнение rond de jamp porter в современном танце; исполнение «волны» вперед и по диагонали; исполнение шене по диагонали с изоляцией грудного отдела.</p>	<p>Исполнение перекатов; исполнение rond de jamp porter в современном танце; исполнение различных степов; исполнение «волны» вперед и по диагонали; исполнение шене по диагонали с изоляцией грудного отдела; исполнение высоких прыжков; исполнение больших прыжков по диагонали; исполнение больших прыжков с переворотом портер; исполнение подготовки к турам в кроссе.</p>	<p>Исполнение перекатов; исполнение перекатов с разножкой в шпагат; исполнение table с вытягиванием позвоночника; исполнение rond de jamp porter в современном танце; исполнение battemente tendu с изоляцией бедра; исполнение вертикальных шпагатов из различных положений; исполнение различных степов; исполнение «волны» вперед и по диагонали; исполнение шене по диагонали с изоляцией грудного отдела; исполнение высоких прыжков; исполнение больших прыжков по диагонали; исполнение больших прыжков с переворотом портер; исполнение подготовки к турам в кроссе.</p>
<b><i>Постановочная работа, выступления.</i></b>		
<p>Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.</p>	<p>Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.</p>	<p>Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.</p>

### Ожидаемый результат

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
<p><i>должен знать:</i> история народного танца, жанры народного танца, основные элементы народного танца.</p> <p><i>должен уметь:</i> выполнять основные элементы народного танца.</p>	<p><i>должен знать:</i> история народного танца, жанры народного танца, основные элементы народного танца.</p> <p><i>должен уметь:</i> исполнять танцевальные движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы, держаться на сцене; выполнять упражнения на смену уровней.</p>	<p><i>должен знать:</i> история народного танца, жанры народного танца, основные элементы народного танца.</p> <p><i>должен уметь:</i> исполнять танцевальные движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы, держаться на сцене; выполнять упражнения на смену уровней, исполнять прыжковые комбинации в продвижении, применять наработанные данные: гибкость, пластичность, музыкальность, применять навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе.</p>

## Основы современного танца

Рекомендуемый возраст обучающихся: 10-11 лет.

Рекомендуемый год обучения: 6.

Продолжительность занятий: 3 раза в неделю 2 x 45 мин.

Цель обучения:

развить творческие и исполнительские способности обучающихся в области хореографического искусства, технику владения своим телом, умение воплощать музыкально-двигательные образы.

Задачи:

- знакомство с особенностями и основными элементами современного танца;
- формирование и укрепление качеств личности: терпения, целеустремленности, трудолюбия, стремления к совершенству, творческому росту;
- развитие критического мышления, укрепление положительной самооценки, закрепление активной жизненной позиции;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце.

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2x45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2x45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2x45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	ВСЕГО ЗАНЯТИЙ	72			72			108		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b><i>Введение</i></b>		
<p>Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ.</p> <p>Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия</p>	<p>Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия</p>	<p>Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия поведения на занятиях</p>
<b><i>История хореографического искусства</i></b>		
<p>Современный танец. Виды и жанры. Основные элементы.</p>	<p>Современный танец. Стили. Основные элементы и техники.</p>	<p>Современный танец. Виды и жанры. Основные элементы. Джаз-модерн, контемпорари, диско, брейк-данс, хип-хоп.</p>
<b><i>Ритмика в танцевальных фрагментах</i></b>		
<p>Исполнение круга плечами вперёд, назад. Исполнение подъема и опускания плеч; исполнение движения рук «Волна»; исполнение поворотов головы вправо - влево, наклоны вперёд - назад. Исполнение шага на пятках; исполнение чередующихся шагов; исполнение шаг- «марш»; исполнение приседания по 6-ой позиции; переноса с одной ноги на другую.</p>	<p>Исполнение круга плечами вперёд, назад вместе и поочередно; исполнение подъема и опускания плеч; исполнение движения рук «Волна»; исполнение поворотов головы вправо - влево, наклоны вперёд - назад. Исполнение шага на пятках; исполнение чередующихся шагов; исполнение шаг- «марш»; исполнение приседания по 6-ой позиции; исполнение переноса с одной ноги на другую. Научить слышать ритм, мелодическую линию, тему.</p>	<p>Исполнение круга плечами вперёд, назад вместе и поочередно; исполнение подъема и опускания плеч; исполнение движения рук «Волна»; исполнение поворотов головы вправо - влево, наклоны вперёд - назад. Исполнение шага на пятках; исполнение чередующихся шагов; исполнение шаг- «марш»; исполнение приседания по 6-ой позиции; исполнение переноса с одной ноги на другую. Научить слышать ритм, мелодическую линию, тему; усложнять музыкальное сопровождение.</p>
<b><i>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</i></b>		
<p>Упражнения для развития подвижности стоп: натяжение и сокращение стоп; круговые движения.</p>	<p>Упражнения для развития подвижности стоп: натяжение и сокращение стоп; круговые движения.</p>	<p>Упражнения для развития подвижности стоп: натяжение и сокращение стоп; круговые движения; работа стопами по 1, 6 позициям.</p>

<p>Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра.</p> <p>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника: «лодочка», «кошечка», «змейка».</p>	<p>Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра.</p> <p>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника: «лодочка», «кошечка», «змейка», «качалка».</p>	<p>Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности: «бабочка», «лягушка», наклоны в положении «разножка», упражнение на выворотность стоп по 1-й позиции.</p> <p>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника: «качалка», «лодочка», «дельфиненок», «коробочка», «кошечка», «змейка», наклоны назад в положении лежа и сидя.</p>
<p><b><i>Классический танец</i></b></p>		
<p>Повторяются все упражнения указанные в программе 1 и 2 года обучения.</p> <p>Добавляются упражнения у станка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- grand plie по I, II позиции;</li> </ul> <p>Упражнения на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I - II – III arabesque;</li> <li>- craisee, вперед, направление;</li> <li>- efface вперед, направление;</li> <li>- battement tendu на croisee, effacee вперед;</li> <li>- battement tendu jete на croisee, efface , вперед;</li> <li>- temps lie</li> </ul> <p><b>ALLEGRO</b></p> <p>Развитие координации движений в различных учебных комбинациях у станка и на середине зала.</p>	<p>Повторяются все упражнения указанные в программе 3 года обучения.</p> <p>Добавляются упражнения у станка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- grand plie по I, II, III позиции;</li> <li>- battement tendu с sous de pieds;</li> <li>- battement tendu pour le pied;</li> <li>- battement tendu jete с plie;</li> <li>- battement tendu jete piche;</li> <li>- releve lent на 90 градусов с I, III позиции;</li> <li>- bat. frappe;</li> <li>- bat fondu;</li> <li>- bat sautenu;</li> <li>- bat developpe из III позиции вперед, в сторону, назад;</li> <li>- grand bat jete на 45 градусов с I, III позиции вперед, в сторону;</li> <li>- III port de bras.</li> </ul> <p>Упражнения на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I - II – III arabesque;</li> <li>- craisee, вперед, направление;</li> <li>- efface вперед, направление;</li> <li>- battement tendu на croisee, effacee вперед;</li> </ul>	<p>Повторяются все упражнения указанные в программе 4 и 5 года обучения.</p> <p>Добавляются упражнения у станка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- grand plie по I, II, V позиции;</li> <li>- battement tendu с окончанием в plie по всем позициям;</li> <li>- battement tendu с sous de pieds;</li> <li>- battement tendu pour le pied;</li> <li>- battement tendu jete с plie;</li> <li>- battement tendu jete с сокращением стопы в воздухе;</li> <li>- battement tendu jete piche;</li> <li>- releve lent на 90 градусов с I, V позиции;</li> <li>- bat. frappe;</li> <li>- bat fondu;</li> <li>- bat sautenu;</li> <li>- rond de jamb en I^ air en dehors, en dedans;</li> <li>- bat developpe из V позиции вперед, в сторону, назад;</li> <li>- grand bat jete на 90 градусов с I - V позиции вперед, в сторону, назад;</li> <li>- III port de bras.</li> </ul> <p>- полуповороты у станка.</p> <p>Упражнения на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I - II – III arabesque;</li> <li>- craisee, вперед, назад, - поза, направление;</li> </ul>

	<p>- battement tendu jete на croisee, efface , вперед;</p> <p>- temps lie</p> <p><b>ALLEGRO</b></p> <p>Развитие координации движений в различных учебных комбинациях у станка и на середине зала.</p> <p>Повторение, закрепление выученных элементов классического экзерсиса для достижения совершенства исполнительского мастерства.</p>	<p>- efface вперед, назад, - поза, направление;</p> <p>- battement tendu на croisee, effacee вперед, назад;</p> <p>- battement tendu jete на croisee, efface , вперед, назад;</p> <p>- temps lie</p> <p><b>ALLEGRO</b></p> <p>- echappe</p> <p>- assemble</p> <p>- pas jete</p> <p>- sissonne simple</p> <p>- pas glissade</p> <p>- petit pas de bosque.</p>
<b><i>Народно-сценическая хореография</i></b>		
<p>Demi и grand plie по I, II позициям:</p> <p>а) с акцентом вниз;</p> <p>Battements tendus:( простой)</p> <p>Battements tendus jetes: основной вид.</p> <p>Подготовка к flic – flac: основной вид;</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) до стороны;</p> <p>б) полный ronde;</p> <p>Выстукивания:</p> <p>а) поочередные удары всей стопой;</p> <p>б) двойные удары;</p> <p>д) «русский ключ» – простой.</p> <p>Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: основной вид; battements developpe: основной вид;</p> <p>Экзерсис на середине.</p> <p>Элементы русского танца: положение ног, рук, позы, поклоны, ходы: бытовой</p>	<p>Demi и grand plie по I, II, III, позициям: с акцентом вниз;</p> <p>Battements tendus (простой)</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с demi-plie в момент броска;</p> <p>Каблучные упражнения:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) удара подушечкой Р.Н.;</p> <p>в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.</p> <p>Подготовка к flic – flac:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;</p> <p>в) с переступанием.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) до стороны;</p> <p>б) полный ronde;</p> <p>Выстукивания:</p>	<p>Demi и grand plie по I, II, III, V позициям: с акцентом вниз;</p> <p>Battements tendus:</p> <p>а) с переходом Р.Н. с носка на каблук;</p> <p>б) с подъемом пятки О.Н.;</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с demi-plie в момент броска;</p> <p>Каблучные упражнения:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;</p> <p>в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.</p> <p>Подготовка к flic – flac:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;</p> <p>в) с переступанием.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) до стороны;</p> <p>б) полный ronde;</p>

<p>с притопом, переменный, девичий плавный, вращения, присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок», хлопушки.</p>	<p>а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; д) «русский ключ» – простой.</p> <p>Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: а) основной вид; б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх; Battements developpe: основной вид; Grand battements jetes: основной вид; Упражнения лицом к станку: подготовка к «голубцу, Releve на п/п, перегибы корпуса. Экзерсис на середине. Элементы русского танца: положение ног, рук, позы, поклоны, ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный, припадание, вращения, присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок», хлопушки.</p>	<p>Выстукивания: а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение; д) «русский ключ» – простой. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: а) основной вид; б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх; Battements developpe: а) основной вид; б) с plie. Grand battements jetes: а) основной вид; б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук; Упражнения лицом к станку: подготовка к «голубцу. Releve на п/п. Перегибы корпуса. Экзерсис на середине. Элементы русского танца: положение ног, рук, позы, поклоны, ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный, припадание, вращения, присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок», хлопушки.</p>
<p><b>Современный танец</b></p>		
<p>Исполнение изоляции всех отделов с изменением темпа и ритма; исполнение table по I, II, VI позиции; исполнение комбинации rond de jambe par terre с контракцией; движения по диагонали с переходом.</p>	<p>Исполнение изоляции всех отделов с изменением темпа и ритма; исполнение table по I, II, VI позиции; исполнение комбинации rond de jambe par terre с контракцией и релакцией; исполнение комбинации battement tendu jete с изоляцией; исполнение</p>	<p>Исполнение изоляции всех отделов с изменением темпа и ритма; исполнение table по I, II, VI позиции; исполнение комбинации rond de jambe par terre с контракцией и релакцией; исполнение комбинации battement tendu jete с изоляцией; исполнение комбинации battement tendu с изоляцией; исполнение танцевальной комбинации</p>

	комбинации battement tendu с изоляцией; исполнение танцевальной комбинации на развитие растяжки; исполнение комбинации grand battement исполнение сложных кроссов.	ции на развитие растяжки; исполнение комбинации grand battement исполнение сложных кроссов; исполнение тура андеор и андедан в кроссах; движения по диагонали с переходом «сверху - вниз». Поворот в 3 шага вправо – влево (Three Step Turn), поворот шагами с подскоком (Step Hop Turn), поворот накрест в сторону (Outside Turn), осевой поворот вправо-влево (Pivot Turn). Переходы, перекаты: из положения стоя на одно или оба колена, перекат с живота на спину и наоборот, из положения стоя на коленях в положение лежа на животе, из положения сидя на корточках через спину в положение стоя на одном колене.
<b><i>Постановочно репетиционная работа, выступления.</i></b>		
Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.	Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.	Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.

## Ожидаемый результат

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутой уровень
<p><b>должен знать:</b> основные виды и элементы современного танца, термины современного танца.</p> <p><b>должен уметь:</b> исполнять движения экзерсиса всех жанров танца; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; выполнять простые элементы; исполнять не сложные танцевальные этюды.</p>	<p><b>должен знать:</b> основные виды и элементы современного танца, термины современного танца.</p> <p><b>должен уметь:</b> исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; выполнять простые элементы современного танца; исполнять танцевальные этюды в современных стилях; самостоятельно исполнять спортивно-акробатический элемент; выразительно исполнять танцевальные композиции; контролировать и координировать своё тело; сопереживать и чувствовать музыку.</p>	<p><b>должен знать:</b> основные виды и элементы современного танца, термины современного танца.</p> <p><b>должен уметь:</b> исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок у станка и на середине зала; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения; выполнять сложные элементы современного танца; исполнять сложные танцевальные этюды в современных стилях; самостоятельно исполнять спортивно-акробатический элемент; выразительно исполнять танцевальные композиции; контролировать и координировать своё тело; сопереживать и чувствовать музыку, уверенно держать себя на сцене.</p>

## Основные танцевальные движения

Рекомендуемый возраст обучающихся: 11-12 лет.

Рекомендуемый год обучения – 7.

Продолжительность занятий: 3 раза в неделю 2x 45 мин.

Цель обучения:

развить творческие и исполнительские способности обучающихся в области хореографического искусства, технику владения своим телом, умение воплощать музыкально-двигательные образы.

Задачи

- развитие образного видения и творческого мышления;
- формирование и укрепление качеств личности;
- ориентация в выборе возможных профессий, связанных с хореографией;
- формирование художественно-эстетического вкуса, творческого отношения к себе, окружающему миру;
- развитие критического мышления, укрепление положительной самооценки, закрепление активной жизненной позиции;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце.

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2x45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2x45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2x45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	72			72			108		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<i><b>Введение</b></i>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия
<i><b>История хореографического искусства</b></i>		
Знаменитые хореографические коллективы России и Алтайского края. Знаменитые танцоры.	Знаменитые хореографические коллективы России и Алтайского края. Знаменитые танцоры.	Знаменитые хореографические коллективы России и Алтайского края. Знаменитые танцоры.
<i><b>Ритмика в танцевальных фрагментах</b></i>		
<p>Постановка спины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) работа головы при подтянутой спине в положении сидя;</li> <li>б) работа стоп в этом же положении.</li> </ul> <p>Выворотная позиция ног при натянутой и сокращённой стопе; работа над силой ног: grand battments по 3 позиции в перед.</p> <p>Растяжки. Упражнения на гибкость.</p>	<p>Постановка спины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) работа головы при подтянутой спине в положении сидя;</li> <li>б) работа стоп в этом же положении.</li> </ul> <p>Выворотная позиция ног при натянутой и сокращённой стопе; упражнения на выворотность.</p> <p>Работа над силой ног: grand battments вперед и в сторону. Растяжки. Упражнения на гибкость.</p> <p>В упражнения на полу могут включаться проученные позиции рук для различных port de bras.</p>	<p>Постановка спины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) работа головы при подтянутой спине в положении сидя;</li> <li>б) работа стоп в этом же положении.</li> </ul> <p>Выворотная позиция ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) при натянутой и сокращённой стопе;</li> <li>б) варианты battment tendus jetes.</li> </ul> <p>Работа над выворотностью.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>а) passes;</li> <li>б) releves;</li> <li>в) developpes.</li> </ul> <p>Работа над силой ног: grand battments во всех направлениях. Растяжки. Упражнения на гибкость. В упражнения на полу могут включаться проученные позиции рук для различных port de bras.</p>
<i><b>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</b></i>		

<p>Стойка на предплечьях с удержанием позы. Исполнение «махового» в сторону; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: медленный подъем ног вверх в положении лежа; упражнение «складочка»; упражнение на верхний пресс, упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: упражнение на верхний пресс.</p> <p>Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: растяжка на шпагат в положении лежа на спине.</p> <p>Акробатические упражнения: «березка», «мостик», «стойка», кувырки вперед, назад; «колесо».</p>	<p>Стойка на голове. Стойка на руках с удержанием позы. Исполнение «махового» в сторону; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: медленный подъем ног вверх в положении лежа; упражнение «складочка»; упражнение «уголок»; упражнение на верхний пресс; упражнение на нижний пресс.</p> <p>Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: растяжка на шпагат в положении лежа на спине; растяжка на шпагат в положении лежа на животе; растяжка на шпагат в положении лежа на боку.</p> <p>Акробатические упражнения: «березка», «мостик», «стойка», кувырки вперед, назад, «колесо», «арабское колесо», «рандат», «перемет», перевороты вперед-назад в положении мостик.</p>	<p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: медленный подъем ног вверх в положении лежа; упражнение «складочка»; упражнение «уголок»; упражнение на верхний пресс; упражнение на нижний пресс.</p> <p>Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: растяжка на шпагат в положении лежа на спине; растяжка на шпагат в положении лежа на животе; растяжка на шпагат в положении лежа на боку.</p> <p>Акробатические упражнения: «березка»; «мостик»; «стойка»; кувырки вперед, назад; «колесо»; «арабское колесо»; «рандат»; «перемет»; перевороты вперед-назад в положении «мостик».</p>
<b>Классический танец</b>		
<p>Grand plie по I позиции. Battements tendus: лицом к станку.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans: слитно на 1 т. Battements fondus в сторону, вперед на всей стопе (по усмотрению педагога). Rond de jambe en lier en dehors en deda. Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку.</p> <p>Экзерсис на середине зала: поклон с переходом по III позиции; Grand plies по III позиции; Battements tendus: demi – plie по I и III позициям без перехода на опорную ногу.</p> <p>АПЕГРО: Pas echarpe по II позиции</p>	<p>Grand plie по I, II позиции. Battements tendus: боком одной рукой. Battements tendus jetes в сторону, вперед.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans:</p> <p>а) слитно на 1 т. 2/4;</p> <p>б) rond de jambe par terre на plie.</p> <p>Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе (по усмотрению педагога).</p> <p>Battements fondus с pile – releve в сторону, вперед, назад на всей стопе (по усмотрению педагога).</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans.</p> <p>Battements doubles frappes в сторону, вперед и</p>	<p>Grand plie по IV позиции. Battements tendus:</p> <p>а) в позе epaulement et efface;</p> <p>б) с demi – plie с переходом по IV позиции вперед и назад, в сторону по II позиции.</p> <p>в) battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол.</p> <p>Battements tendus jetes в сторону, вперед, назад:</p> <p>а) с demi – plie;</p> <p>б) в позе epaulement et efface.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans:</p> <p>а) слитно на 1 т. 2/4;</p> <p>б) rond de jambe par terre на plie.</p> <p>Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе (по усмотрению педагога).</p>

<p>на середине лицом к станку; Pas assemblem-ble лицом к станку.</p>	<p>назад носком в пол, позднее на 45 градусов. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперёд и назад на 1 т. 2/4. Battement developpe вперёд и назад. Crand battements jetes pointes (по усмотрению педагога). Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку. Экзерсис на середине зала: поклон с переходом по IV позиции, Grand plies по I позиции en face, позднее ераulement. Battements tendus: а) demi – plie по I и II позициям без перехода и с переходом на опорную ногу; б) battements soutenus. Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад: а) с I и III позиций; б) с demi – plies в I и II позиций. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie. Позы: ecartee вперёд и назад носком в пол. АШЕГРО: 1. Pas echarpe по II позиции на середине лицом к станку. 2. Pas assemble лицом к станку.</p>	<p>Battements fondus с pile – releve в сторону, вперёд, назад на всей стопе (по усмотрению педагога). Rond de jambe en lier en dehors en dedans. Battements doubles frappes в сторону, вперёд и назад носком в пол, позднее на 45 градусов. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперёд и назад на 1 т. 2/4. Battement developpe вперёд и назад. 12 Crand battements jetes pointes (по усмотрению педагога). Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку. Экзерсис на середине зала: поклон с переходом по IV позиции, Grand plies по IV позиции en face, позднее ераulement, Battements tendus: а) demi – plie по II и IV позициям без перехода и с переходом на опорную ногу; б) battements soutenus. Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад: а) с I и V позиций; б) с demi – plies в I и V позиций. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie. Позы: ecartee вперёд и назад носком в пол. III port de bras. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов. Battements frappes и double frappes на 45 градусов. Battement developpe в сторону. Crand battements jetes в сторону, вперёд, назад с V позиции. Relevés на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie. АШЕГРО: Pas echarpe по II позиции на середине лицом к станку, Pas assemble лицом к станку.</p>
--	--	--

**Народно-сценическая хореография**

<p>Demi и grand plie по I позиции.                  Battements tendus. Battements tendus jetes: основной вид;                  Каблучные упражнения: основной вид.                  Выстукивания:                  а) поочередные удары всей стопой;                  б) двойные удары;                  г) с переносом Р.Н. из положения III позиции спереди в положение III позиции сзади и с разворотом в невыворотное положение;                  д) «русский ключ» – простой.                  Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: основной вид;                  Battements developpe: основной вид;                  Grand battements jetes:                  а) основной вид;                  б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук;                  Упражнения лицом к станку. Подготовка к «голубцу. Releve на п/п. Перегибы корпуса.                  Элементы танцев народов мира: лёгкий бег, шаги, варианты польки, галоп, боковой ход.                  Танцевальная комбинация на основе одного из танцев Прибалтики.                  Элементы чувашского танца: положения и движения рук, ходы: бытовой, шаги с выносом ноги на каблук, гармошка.</p>	<p>Demi и grand plie по I, II позициям: с акцентом вниз; Battements tendus: с переходом Р.Н. с носка на каблук; Battements tendus jetes: основной вид.                  Каблучные упражнения:                  а) основной вид;                  б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;                  в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.                  Подготовка к flic – flac:                  а) основной вид;                  б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;                  в) с переступанием.                  Характерный ronde de iambe и ronde de pied:                  а) до стороны;                  б) полный ronde;                  Выстукивания:                  а) поочередные удары всей стопой;                  б) двойные удары;                  д) «русский ключ» – простой.                  Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: основной вид; Battements developpe: основной вид; Grand battements jetes:                  а) основной вид;                  б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук;                  Упражнения лицом к станку. Подготовка к «голубцу. Перегибы корпуса.                  Элементы танцев народов Прибалтики: лёгкий бег, шаги с подскоками, варианты польки, галоп, боковой ход. Танцевальная комбинация</p>	<p>Demi и grand plie по I, II, III позициям: с акцентом вниз;                  Battements tendus:                  а) с переходом Р.Н. с носка на каблук;                  б) с подъемом пятки О.Н.;                  Battements tendus jetes:                  а) основной вид;                  б) с demi-plie в момент броска;                  Каблучные упражнения:                  а) основной вид;                  б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;                  в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.                  Подготовка к flic – flac:                  а) основной вид;                  б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;                  в) с переступанием.                  Характерный ronde de iambe и ronde de pied:                  а) до стороны;                  б) полный ronde;                  Выстукивания:                  а) поочередные удары всей стопой;                  б) двойные удары;                  г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение;                  д) «русский ключ» – простой.                  Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»:                  а) основной вид;                  б) с подъемом на п/п О.Н. в момент подъема Р.Н. вверх;                  Battements developpe:                  а) основной вид;                  б) с plie.</p>
---	--	---

	<p>на основе одного из танцев Прибалтики. Элементы чувашского танца: положения и движения рук, ходы: бытовой, сценический плавный, переменный, с припаданием, шаги с выносом ноги на каблук, гармошка, Па де баск на каблук, присядка по VI позиции.</p>	<p>Grand battements jetes: а) основной вид; б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук; Упражнения лицом к станку: родготовка к «голубцу», Releve на п/п, перегибы корпуса. Элементы танцев народов Прибалтики: лёгкий бег, шаги с подскоками, варианты польки, галоп, боковой ход. Танцевальная комбинация на основе одного из танцев Прибалтики.</p>
<b>Современный танец</b>		
<p>Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца. Раздел «Изоляция»: а) Голова: наклоны, повороты, Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону. б) Плечи: прямые направления, в) Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад г) Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного положения. Исполнение всех движений по параллельным позициям. .</p>	<p>Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца. Раздел «Изоляция»: а) Голова: наклоны, повороты, круги, Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально. б) Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, в) Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек. г) Пелвис: крест, квадрат, круги, д) Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по</p>	<p>Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца. Раздел «Изоляция»: а) Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом. б) Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк. в) Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек. г) Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll. д) Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, ис-</p>

	выворотным позициям.	полнение движений выворотной и не выворотной ногой
<b><i>Постановочная работа, выступления.</i></b>		
Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.	Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.	Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.

### Ожидаемый результат

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
<p><i>должен знать:</i> названия движений, история создания танцев народов мира; классические термины;</p> <p><i>должен уметь:</i> выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства.</p>	<p><i>должен знать:</i> названия движений, знать историю возникновения танцев; новые направления хореографии, историю создания танцев народов мира; классические термины; лучшие образы хореографического, музыкального искусства.</p> <p><i>должен уметь:</i> составлять танцевальные этюды, выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца, выражать свои собственные ощущения, сопереживать, осуществлять взаимовыручку.</p>	<p><i>должен знать:</i> новые направления и названия движений, знать историю возникновения танцев, виды и жанры хореографии, классические термины, лучшие образы хореографического, музыкального искусства.</p> <p><i>должен уметь:</i> составлять танцевальные этюды, выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции, контролировать и координировать своё тело, сопереживать и чувствовать музыку; создавать собственные оригинальные композиции, используя не только элементы, выученные на уроках, но и применение собственных источников.</p>

## Искусство танца

**Рекомендуемый возраст обучающихся:** 12-13 лет.

**Рекомендуемый год обучения:** 8.

**Продолжительность занятий:** 3 раза в неделю 2х 45 мин.

**Цель:**

формирование и развитие художественно – творческих способностей учащихся в области хореографического искусства; привитие любви к танцу, воспитание исполнительской культуры учащихся с учетом возрастных особенностей и закономерностей физического развития.

**Задачи:**

- развивать творческие способности ребенка, образное мышление, внимание, произвольную память, ассоциативную фантазию, воображение;
- воспитывать личностные качества – ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость, дружбу и взаимопонимание.

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2х45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2х45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2х45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	72			72			108		

### Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b><i>Введение</i></b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
<b><i>История хореографического искусства</i></b>		
Музыка – основа хореографического искусства.	Музыка – основа хореографического искусства.	Хореография как вид искусства. Музыка – основа хореографического искусства.
<b><i>Ритмика в танцевальных фрагментах</i></b>		
Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, Движения выполняются вперёд-назад и из стороны в сторону. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра.	Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, Движения выполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, Начинать кресты и квадраты с разных точек Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра.	Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения выполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация

		бедра.
<b><i>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</i></b>		
Теория исполнения упражнений для развития подвижности стоп. Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.	Теория исполнения упражнений для развития подвижности стоп. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Исполнения упражнений на укрепление мышц брюшного пресса. Исполнение акробатических упражнений.	Техника исполнения упражнений для развития подвижности стоп. Техника исполнения упражнений для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности. Техника исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Техника исполнения упражнений на укрепление мышц брюшного пресса. Техника исполнения упражнений на растяжку и развитие танцевального шага. Техника исполнения акробатических упражнений.
<b><i>Классический танец</i></b>		
Battements tendus: в маленьких позах на ¼ и затакт; Battements tendus jetes(на ¼ и затакт): в маленьких позах. Rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе. Battements fondus (на 1 т. 4/4. Battements frappes на 1 т. 2/4. Rond de jambe en lier en dehors en dedans на 1 т. 2/4. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом вперед и назад на ¼. Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т 4/4). I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут исполняться	Battements tendus: а) в маленьких позах на ¼ и затакт; б) battements sotenus в сторону, вперед, носком в пол на 1 т. 4/4. Battements tendus jetes(на ¼ и затакт): а) balancoir; б) в маленьких позах. Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе. Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4): а) на п/п; б) с pile – releve. Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4. Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4. Petits battements sur le cou – de – pied с акцен-	Battements tendus: а) в маленьких позах на ¼ и затакт; б) battements sotenus в сторону, вперед, назад с подъемом на п/п носком в пол на 1 т. 4/4. Battements tendus jetes(на ¼ и затакт): а) balancoir; б) в маленьких позах. Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45 градусов en dehors en dedans на всей стопе. Battements fondus (сначала на 1 т. 4/4, позднее на 1 т. 2/4): а) на п/п; б) с pile – releve. Battements frappes и doubles frappes – чередование на всей стопе и на п/п на 1 т. 2/4. Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п, на 1 т. 2/4. Petits battements sur le cou – de – pied с акцентом впе-

<p>с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге.</p> <p>Экзерсис на середине зала. Упражнения выполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз. Battements tendus в маленьких позах: с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад.</p>	<p>том вперёд и назад на <math>\frac{1}{4}</math>.</p> <p>Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т 4/4).</p> <p>Pas coupe на всю стопу. Pas tombe. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: efface, attitude efface. Battement developpe в больших позах.</p> <p>Grand battements jetes (на затакт, на <math>\frac{1}{4}</math>):</p> <p>а) в большой позе efface;</p> <p>б) pointes.</p> <p>I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут выполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге.</p> <p>Экзерсис на середине зала. Упражнения выполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз. Battements tendus в маленьких позах.</p> <p>Battements tendus jetes в маленьких позах.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie.</p> <p>Battements developpes en face вперёд и назад.</p> <p>Grand battements jetes в больших позах.</p> <p>Port de bras:</p> <p>а) с наклоном корпуса;</p> <p>б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад.</p> <p>IV port de bras в V позиции.</p> <p>I, II, III arabesques носком в пол.</p> <p>Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов.</p>	<p>рёд и назад на <math>\frac{1}{4}</math>.</p> <p>Temps releves на всей стопе сначала лицом к палке, позднее за одну руку (1 т 4/4).</p> <p>Pas coupe на всю стопу.</p> <p>Pas tombe.</p> <p>Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: efface, attitude efface.</p> <p>Battement developpe в больших позах.</p> <p>Grand battements jetes (на затакт, на <math>\frac{1}{4}</math>):</p> <p>а) в большой позе efface;</p> <p>б) pointes.</p> <p>I и III port de bras как заключение к различным упражнениям; позже, изученные port de bras могут выполняться с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад; III port de bras с demi – plie на опорной ноге.</p> <p>Releve на п/п в IV позиции.</p> <p>Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.</p> <p>Экзерсис на середине зала.</p> <p>Упражнения выполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз.</p> <p>Battements tendus в маленьких позах.</p> <p>Battements tendus jetes в маленьких позах.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie.</p> <p>Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.</p> <p>Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45 градусов в маленькие позы.</p> <p>Battements releles lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45 градусов.</p> <p>Battements developpes en face вперёд и назад.</p> <p>Grand battements jetes в больших позах.</p>
---	--	--

	<p>Temps lie par terre вперёд и назад. Pas de bourre simple с переменной ног. АПЕГРО.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pas assemble в сторону на середине зала.</li> <li>2. Petits changement de pieds en tournant на <math>\frac{1}{4}</math>, <math>\frac{1}{2}</math>.</li> <li>3. Sissonne simple en face.</li> <li>4. Pas glissade в сторону.</li> <li>5. Pas balance.</li> <li>6. Pas de basque вперёд (сценическая форма).</li> </ol>	<p>Port de bras: а) с наклоном корпуса; б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад. IV port de bras в V позиции. I, II, III arabesques носком в пол. Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou – de – pied или поднято в любом направлении на 45 градусов. Temps lie par terre вперёд и назад. Pas de bourre simple с переменной ног. АПЕГРО.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pas assemble в сторону на середине зала.</li> <li>2. Petits changement de pieds en tournant на <math>\frac{1}{4}</math>, <math>\frac{1}{2}</math>.</li> <li>3. Sissonne simple en face.</li> <li>4. Pas glissade в сторону.</li> <li>5. Pas balance.</li> <li>6. Pas de basque вперёд (сценическая форма).</li> </ol>
<p><b><i>Народно-сценическая хореография</i></b></p>		
<p>Demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям; в сочетании с работой корпуса. Battements tendus: с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; Battements tendus jetes (простой). Flic – flac : а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой; Характерный ronde de iambe и ronde de pied: Выстукивания: а) чередование ударов п/п и каблук-</p>	<p>Demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям; Battements tendus: с момента возвращения Р.Н. в III позицию; Battements tendus jetes: с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения; balancoire; Каблучное упражнение: а) с demi- ronde по воздуху на 45 градусов; б) с мазком «от себя» и «к себе». Flic – flac : с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой; на croise; Характерный ronde de iambe и ronde de pied: с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге).</p>	<p>Demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям; в сочетании с работой корпуса. Battements tendus: а) с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; б) с подъёмом пятки О.Н. и с переходом на Р.Н.; в) то же с ударом О.Н. в III позицию; г) то же с двойным ударом О.Н. Battements tendus jetes: а) с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения; б) balancoire; в) с одинарным ударом ребром каблука (аналогично piqie);</p>

<p>ками; б) удары каблуками в пол; в) «русский ключ (простой); Battements developpe (простой). Экзерсис на середине зала. Элементы русского танца: дроби, ковырялочки. Элементы татарского танца: положение рук, головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках.</p>	<p>Подготовка к «верёвочке», Pas tortille: одинарное с ударом; Battements fondus: на 45 градусов с подъёмом на п/п. Выстукивания: а) чередование ударов п/п и каблуками; б) удары каблуками в пол; в) «русский ключ» – сложный. Battements developpe: а) с двойным ударом О.Н.; б) с перегибом корпуса. Grand battements jetes: с подъёмом на п/п в момент броска; Экзерсис на середине зала. Элементы русского танца: дроби, ковырялочки, моталочки, присядки: «бегунок», «волчок», вращения в сочетании с ковырялочками и дробью. Элементы татарского танца: положение рук, головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках, «строчка», «нанизывание» (женское), Па де баск (женское и мужское), присядка по II позиции.</p>	<p>г) с двойным ударом. Каблучное упражнение: а) с demi- ronde по воздуху на 45 градусов; б) по VI позиции; в) с мазком «от себя» и «к себе». Flic – flac : а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой; б) на croise; в) с tombe на Р.Н. с одним ударом; г) с подъёмом О.Н. на п/п; д) со скачком на О.Н. Характерный ronde de iambe и ronde de pied: а) с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге); б) по воздуху на вытянутой О.Н.; в) по воздуху с поворотом пятки О.Н.; г) с поворотом пятки О.Н. с plie, Р.Н. по воздуху. Подготовка к «верёвочке» с прыжком. Упражнения для бедра: а) с п/п на п/п на протяжении всего движения; б) упражнения исполняются на затакт. Pas tortille: а) одинарное с ударом; б) одинарное с ударом и подъёмом на п/п. Battements fondus: а) на 45 градусов с подъёмом на п/п; б) на 90 градусов с подъёмом на п/п. Выстукивания: а) чередование ударов п/п и каблуками; б) удары каблуками в пол; в) пятко-носовая дробь; г) дробь «в три ножки»; д) «русский ключ» – сложный. Battements developpe:</p>
--	---	--

		<p>а) с двойным ударом О.Н.;                  б) с перегибом корпуса.                  Grand battements jetes:                  а) с подъёмом на п/п в момент броска;                  б) с подъёмом на п/п и demi-plie в момент броска;ъ                  в)с tombe-coupre;                  г) с tombe-coupre с двойным ударом;                  д) balancoire.                  Экзерсис на середине зала.                  Элементы русского танца: дробь, ковырялочка, моталочка, верёвочки, хлопушки в сочетании с присядкой, с прыжком, с дробью, присядки: «бегунок», «волчок», вращения в сочетании с ковырялочками и дробью.                  Элементы татарского танца: положение рук и головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках, «Чалуш-тру», «Строчка», «Ук чабаш», «Брма», «Нанизывание» (женское), Па де баск (женское и мужское), присядка по VI позиции.</p>
<b>Современный танец</b>		
<p>Упражнения для позвоночника:                  Flat bask вперёд, назад и в сторону.                  Раздел «Координация»: координация движений рук и ног, без передвижения.                  Раздел «Уровни»: основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа»; упражнения стрэч-характера в различных положениях; переходы из уровня в уровень, смена положения.</p>	<p>Упражнения для позвоночника:                  Flat bask вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом.                  Раздел «Координация»: принцип управления «импульсивные цепочки»; координация движений рук и ног, без передвижения.                  Раздел «Уровни»: основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа»; переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта; упражнения на contraction и release в положении «сидя»; движения изолированных центров.</p>	<p>Упражнения для позвоночника:                  Flat bask вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.                  Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» передняя, задняя, боковая).                  Раздел «Координация»: свинговое раскачивание двух центров; параллель и оппозиция двух центров; принцип управления «импульсивные цепочки»; координация движений рук и ног, без передвижения.                  Раздел «Уровни»:»: основные уровни: «стоя», «сидя»,</p>

		«лёжа»; упражнения стрэч-характера в различных положениях; переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта; упражнения на contraction и release в положении «сидя»; движения изолированных центров.
<b>Постановочно репетиционная работа, выступления.</b>		
Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутростудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.	Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.	Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутростудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.

### Ожидаемый результат

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
<p><b>должен знать:</b> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца; танцевальную лексику.</p> <p><b>должен уметь:</b> осмысленно воспринимать характер музыки, движения, сценический образ; легко усваивать новый материал.</p>	<p><b>должен знать:</b> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца; танцевальную лексику.</p> <p><b>должен уметь:</b> осмысленно воспринимать характер музыки, движения, сценический образ; художественно-выразительные средства танца; легко усваивать новый материал; самостоятельно работать над созданием хореографического образа, танцевальным номером.</p>	<p><b>должен знать:</b> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца; танцевальную лексику, осмысленно воспринимать характер музыки, движения, сценический образ; ; художественно-выразительные средства танца;</p> <p><b>должен уметь:</b> легко усваивать новый материал; самостоятельно работать над созданием хореографического образа, танцевальным номером; ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы; самостоятельно обрабатывать трудно-выполняемые элементы, помогать отстающим.</p>

## Музыка и танец

Рекомендуемый возраст обучающихся: 13-14 лет.

Рекомендуемый год обучения: 9 - 10.

Продолжительность занятий: 3 раза в неделю 2х 45 мин.

Цель обучения:

развивать творческие и исполнительские способности обучающихся в области хореографического искусства, технику владения своим телом, умение воплощать музыкально-двигательные образы.

Задачи:

- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2х45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2х45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2х45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	72			72			108		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b><i>Введение</i></b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
<b><i>История хореографического искусства</i></b>		
История появления классического танца. Зарождение искусства хореографии. Роль музыки в хореографии.	История появления классического танца. Зарождение искусства хореографии. Роль музыки в хореографии.	История появления классического танца. Зарождение искусства хореографии. Формы классического танца. Роль музыки в хореографии.
<b><i>Ритмика в танцевальных фрагментах</i></b>		
Исполнение стрейчинга различных групп мышц, «шаг-марш»; «приставной шаг»; «приставной шаг с забрасыванием ноги»; «шаг-марш» с поднятием колена в сторону; «шаг-марш» с выпадом, прокачивание мышц рук; прокачивание мышц ног; прокачивание мышц верхнего, бокового и нижнего пресса; прокачивание мышц спины захват двух ног в положении лёжа; «захват» в положении стоя; «захват» в положении стоя с вытяжкой.	Исполнение стрейчинга различных групп мышц, «шаг-марш»; «приставной шаг»; «приставной шаг с забрасыванием ноги»; «шаг-марш» с поднятием колена в сторону; «шаг-марш» из 6-ой во 2-ую позицию; «шаг-марш» с махами на 90 градусов и выше по всем направлениям; «шаг-марш» с выпадом; прокачивание мышц рук; прокачивание мышц ног; прокачивание мышц верхнего, бокового и нижнего пресса; прокачивание мышц спины захват двух ног в положении лёжа; махи назад; «захват» в положении стоя.	Исполнение стрейчинга различных групп мышц, «шаг-марш»; «приставной шаг»; «приставной шаг с забрасыванием ноги»; «шаг-марш» с поднятием колена в сторону; «шаг-марш» из 6-ой во 2-ую позицию; «шаг-марш» из 6-ой во 2-ую позицию с прыжком; «шаг-марш» с махами на 90 градусов и выше по всем направлениям; «шаг-марш» с поворотом на 360 градусов; «шаг-марш» с выпадом; прокачивание мышц рук; прокачивание мышц ног; прокачивание мышц верхнего, бокового и нижнего пресса; прокачивание мышц спины захват двух ног в положении лёжа; махи назад; «захват» в положении стоя; «захват» в положении стоя с вытяжкой.
<b><i>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</i></b>		
Выполнение удержания позы в стойке	Выполнение удержания позы в стойке на	Упражнения для развития подвижности стоп: натяжение и

<p>на локтях; исполнение переворота вперед; исполнение стойки на руках с удержанием позы.</p>	<p>локтях; исполнение переворота вперед; исполнение стойки на руках с удержанием позы; исполнение разножки в положении «мост».</p>	<p>сокращение стоп; круговые движения; работа стопами по I, VI позициям. Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности: «бабочка», «лягушка»; наклоны в положении «разножка». Упражнение на выворотность стоп по 1-й позиции.</p>
<p><b>Классический танец</b></p>		
<p>Battements tendus. Battements tendus jetes. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на п/п на 45 градусов. Battements fondus: с plie-releve на п/п. Экзерсис на середине: Battements tendus в маленьких позах; Battements tendus jetes в маленьких позах. АПЕГРО: Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях.</p>	<p>Battements tendus: double во II позицию; Battements tendus jetes в больших позах. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на п/п на 45 градусов. Battements fondus: а) с plie-releve на п/п; б) в позах. Temps releve на п/п на 1 т. 4/4. Battements frappes и double frappes. Petits battements sur le cou – de – pied. Pas coupe. Battements releles lents на 45 градусов в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque. Battements developpes passes со всех направлений. Crand battements jetes во всех позах. Экзерсис на середине: Battements tendus: в маленьких и больших позах; Battements tendus jetes: в маленьких и больших позах; piques. Demi rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов. Pas coupe на всю стопу. Pas tombe на месте.</p>	<p>Battements tendus: а) double во II позицию; б) в больших позах; в) battements sotenus в сторону, вперед, назад с подъемом на п/п на 45 градусов. Battements tendus jetes в больших позах. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на п/п на 45 градусов. Battements fondus: а) с plie-releve на п/п; б) в позах. Temps releve на п/п на 1 т. 4/4. Battements frappes и double frappes на п/п. Petits battements sur le cou – de – pied на п/п. Pas coupe на п/п. Battements releles lents на 90 градусов в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque. Battements developpes passes со всех направлений. Crand battements jetes во всех позах. Экзерсис на середине: Battements tendus: а) в маленьких и больших позах; б) double во II позицию; в) battements sotenus en face маленькие и большие позы носком в пол и на 45 градусов.</p>

	<p>Battements releles lents et battements developpes на 45 градусов en face.          Battements developpes passes.          Grand battements jetes et grand battements jetes pointes в больших позах.          V port de bras.          IV arabesque носком в пол.          Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону.          Releve на п/п в IV позиции crouse et efface.          Полуповороты на двух ногах в 3 позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie).          Вращение на двух ногах в 3 позиции на месте (с поворот головы в зеркало).          АППЕГРО: Pas assemble вперёд и назад en face, позднее на crouse et efface. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, позднее в позах. Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях (по усмотрению педагога).</p>	<p>Battements tendus jetes:          а) в маленьких и больших позах;          б) piques.          Demi rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов.          Battements fondus с plie-releve.          Rond de jambe en lier en dehors en dedans.          Petits battements sur le cou – de – pied равномерно en face et epaulement.          Pas coupe на всю стопу.          Pas tombe на месте.          Battements releles lents et battements developpes на 90 градусов en face и во всех позах.          Battements developpes passes со всех направлений en face.          Grand battements jetes et grand battements jetes pointes в больших позах.          V port de bras.          IV arabesque носком в пол.          Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону.          Releve на п/п в IV позиции crouse et efface.          Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie).          Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте (с поворот головы в зеркало).          АППЕГРО: Pas assemble вперёд и назад en face, позднее на crouse et efface. Pas glissade вперёд и назад en face, позднее на crouse et efface. Petits pas echappe на II и IV позиции. Petits pas jetes en face, позднее с окончанием в маленькие позы. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, позднее в позах. Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях (по усмотрению педагога).</p>
--	--	--

### Народно-сценическая хореография

<p>Demi и grand plie по I, II, III, позициям:</p> <p>а) вниз; б) наверх.</p> <p>Battements tendus: простой.</p> <p>Battements tendus jetes: основной вид; Каблучные упражнения: основной вид; Подготовка к flic – flac: а) основной вид; б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию; в) с переступанием.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) до стороны; б) полный ronde;</p> <p>Выстукивания:</p> <p>а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные д) «русский ключ» – простой.</p> <p>Battements fondus – основной вид.</p> <p>Элементы чувашского танца: положения и движения рук, ходы: бытовой, сценический плавный, переменный, с припаданием, шаги с выносом ноги на каблук, гармошка, Па де баск на каблук, присядка по VI позиции. Танцевальная комбинация.</p>	<p>Demi и grand plie по I, II, III, позициям:</p> <p>а) вниз; б) наверх.</p> <p>Battements tendus:</p> <p>а) с подъемом пятки О.Н.; б) с plie момент перевода ноги на каблук.</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>а) основной вид; б) с подъемом пятки О.Н.</p> <p>Каблучные упражнения:</p> <p>а) основной вид; б) с удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.</p> <p>Подготовка к flic – flac:</p> <p>а) основной вид; б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию; в) с переступанием.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied: до стороны.</p> <p>Выстукивания:</p> <p>а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные. г) «русский ключ» – простой.</p> <p>Battements fondus – основной вид.</p> <p>Pas tortille: основной вид; Battements developpe:</p> <p>а) основной вид; б) с plie.</p> <p>Grand battements jetes: основной вид;</p>	<p>Demi и grand plie по I, II, III, V позициям:</p> <p>а) с акцентом вниз; б) с акцентом наверх.</p> <p>Battements tendus:</p> <p>а) с переходом Р.Н. с носка на каблук; б) с подъемом пятки О.Н.; в) с plie момент перевода ноги на каблук.</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>а) основной вид; б) с demi-plie в момент броска; в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; г) с подъемом пятки О.Н.</p> <p>Каблучные упражнения:</p> <p>а) основной вид; б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.</p> <p>Подготовка к flic – flac:</p> <p>а) основной вид; б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию; в) с переступанием.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) до стороны; б) полный ronde; в) с plie.</p> <p>Выстукивания:</p> <p>а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные с подскоком; г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение; д) «русский ключ» – простой.</p>
---	--	--

	<p>Упражнения лицом к станку. Подготовка к «голубцу». Подготовка к «качалочке» и «качалочка».</p> <p>Перегибы корпуса.</p> <p>Элементы чувашского танца: положения и движения рук, ходы: бытовой, сценический плавный, переменный, с припаданием, шаги с выносом ноги на каблук, гармошка, Па де баск на каблук, присядка по VI позиции.</p> <p>Танцевальная комбинация.</p>	<p>Battements fondus – основной вид.</p> <p>Pas tortille:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с двойным поворотом стопы.</p> <p>Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх;</p> <p>в) с разворотом бедра.</p> <p>Battements developpe:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с plie.</p> <p>Grand battements jetes:</p> <p>а) основной вид;</p> <p>б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук;</p> <p>в) с demi-plie на О.Н. и задержкой ноги в воздухе.</p> <p>Упражнения лицом к станку. Подготовка к «голубцу». Подготовка к «штопору» и «штопор». Подготовка к «качалочке» и «качалочка». Releve на п/п. Перегибы корпуса.</p> <p>Экзерсис на середине.</p> <p>Элементы русского танца: положение ног, рук, позы, поклоны, ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг, припадание, ковырялочки, металочки, дробные ходы, вращения, присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок», хлопушки.</p> <p>Элементы чувашского танца: положения и движения рук, ходы: бытовой, сценический плавный, переменный, с припаданием, шаги с выносом ноги на каблук, гармошка, Па де баск на каблук, присядка по VI позиции.</p> <p>Танцевальная комбинация.</p>
<b><i>Современный танец</i></b>		
Кросс. Перемещение в пространстве: Шаги при передвижении из стороны в	Кросс. Перемещение в пространстве: Шаги с трамплинным сгибанием колен при	Кросс. Перемещение в пространстве: Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из

<p>сторону и вперёд-назад, шаги по квадрату, шаговые повороты и полуповороты на двух ногах.</p> <p>Раздел «Комбинация или импровизация»:</p> <p>Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.</p> <p>Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного.</p>	<p>передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.</p> <p>Шаги по квадрату.</p> <p>Шаги с мультипликацией.</p> <p>Основные шаги афро-танца.</p> <p>Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.</p> <p>Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.</p> <p>Прыжки: hop, jump, leap.</p> <p>Раздел «Комбинация или импровизация»:</p> <p>Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.</p> <p>Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.</p>	<p>стороны в сторону и вперёд-назад.</p> <p>Шаги по квадрату.</p> <p>Шаги с мультипликацией.</p> <p>Основные шаги афро-танца.</p> <p>Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.</p> <p>Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.</p> <p>Прыжки: hop, jump, leap.</p> <p>Раздел «Комбинация или импровизация»:</p> <p>Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.</p> <p>Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца. На базовом уровне вводятся новые технические понятия:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Разогрев с использованием уровней.</li><li>2. Комплексы изоляций.</li><li>3. Сочетания различных ритмов во время движения.</li><li>4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя».</li><li>5. Упражнения стрэч-характера во всех положениях: «сидя», «лёжа», «стоя у станка».</li><li>6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.</li></ol>
<p><b><i>Постановочная работа, выступления.</i></b></p>		
<p>Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутрестудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.</p>	<p>Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутрестудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.</p>	<p>Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутрестудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.</p>

## Ожидаемый результат

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
<p><i>должен знать:</i> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца;</p> <p><i>должен уметь:</i> ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы; самостоятельно отрабатывать трудновыполняемые элементы.</p>	<p><i>должен знать:</i> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца; танцевальную лексику;</p> <p><i>должен уметь:</i> осмысленно воспринимать и артистично предавать характер музыки, движения, сценический образ, ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы; самостоятельно отрабатывать трудновыполняемые элементы, помогать отстающим.</p>	<p><i>должен знать:</i> технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев; художественно-выразительные средства танца; танцевальную лексику;</p> <p><i>должен уметь:</i> осмысленно воспринимать и артистично предавать характер музыки, движения, сценический образ, ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы; самостоятельно отрабатывать трудновыполняемые элементы, помогать отстающим.</p>

## Путь к совершенству

Рекомендуемый возраст обучающихся: 14-15 лет.

Рекомендуемый год обучения: 11- 12.

Продолжительность занятий: 3 раза в неделю 2х 45 мин.

### Цель обучения:

развивать творческие и исполнительские способности обучающихся в области хореографического искусства, технику владения своим телом, умение воплощать музыкально-двигательные образы.

### Задачи:

- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость

### Учебный план

№	Разделы учебного курса.	Ознакомительный уровень 1 раз в неделю 2х45			Базовый уровень 2 раза в неделю 2х45			Продвинутый уровень 3 раза в неделю 2х45		
		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика		Теория	Практика		Теория	Практика
1	Введение (диагностика, техника безопасности).	1	0.5	0.5	2	1	1	2	1	1
2	История хореографического искусства.	4	3	1	8	6	2	12	10	2
3	Ритмика в танцевальных фрагментах.	8	2	6	12	2	10	16	2	14
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики.	10	1	9	14	2	12	18	2	16
5	Классический танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
6	Народно-сценическая хореография.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
7	Современный танец.	12	2	10	22	2	20	30	2	28
8	Постановочная работа. Выступления.	13	2	11	42	2	40	78	2	76
	Перемена и подготовка к занятиям	18	-	-	36	-	-	54	-	-
	Всего часов	72	14.5	57.5	144	19	125	216	23	193
	<b>ВСЕГО ЗАНЯТИЙ</b>	72			72			108		

## Содержание тем учебного курса

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
<b><i>Введение</i></b>		
Знакомство вновь прибывшими детьми. Игры на знакомство. Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.	Правила поведения на занятиях. Инструктажи по ПБ и ТБ. Ритуал начала и окончания занятия. Целеполагание и подведение итогов занятия.
<b><i>История хореографического искусства</i></b>		
Основные движения русского народного танца, русская кадриль.	Основные движения русского народного танца, русская кадриль.	Виды русского народного танца. Основные движения русского народного танца, русская кадриль.
<b><i>Ритмика в танцевальных фрагментах</i></b>		
Танцевальные элементы: а) шаг; б) pas польки. Par terre: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: а) работа над спиной; б) работа стоп по позициям ног; в) упражнения на натянутость ног; г) упражнения на развитие выворотности; д) растяжка; е) упражнения на развитие гибкости; ж) упражнения на растягивание позвоночника.	Танцевальные элементы: а) шаг; б) pas полонеза; в) pas польки. Par terre: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: а) работа над спиной; б) работа стоп по позициям ног; в) упражнения на натянутость ног; г) упражнения на развитие выворотности; д) растяжка; е) упражнения на развитие гибкости; ж) упражнения на растягивание позвоночника.	Танцевальные элементы: а) шаг с plie; б) double шаг с plie; в) pas полонеза; г) pas польки. Par terre: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: а) работа над спиной; б) работа стоп по позициям ног; в) упражнения на натянутость ног; г) упражнения на развитие выворотности; д) растяжка; е) упражнения на развитие гибкости; ж) упражнения на растягивание позвоночника.
<b><i>Основы образно-игровой партнерной гимнастики</i></b>		
Упражнения для развития гибкости плечевого	Упражнения для развития гибкости плечевого и	Упражнения для развития гибкости плечевого

<p>и поясного суставов, подвижности позвоночника:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнение «качалка»;</li> <li>- упражнение «лодочка»;</li> <li>- упражнение «кошечка»;</li> <li>- упражнение «змеяка»;</li> <li>- наклоны назад в положении лежа и сидя.</li> </ul> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медленный подъем ног вверх в положении лежа;</li> <li>- упражнение «складочка»;</li> <li>- упражнение «уголок»;</li> <li>- упражнение на верхний пресс;</li> <li>- упражнение на нижний пресс.</li> </ul> <p>Акробатические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «березка»;</li> <li>- «мостик»;</li> </ul>	<p>поясного суставов, подвижности позвоночника:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнение «качалка»;</li> <li>- упражнение «лодочка»;</li> <li>- упражнение «змеяка»;</li> <li>- наклоны назад в положении лежа и сидя.</li> </ul> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медленный подъем ног вверх в положении лежа;</li> <li>- упражнение «складочка»;</li> <li>- упражнение «уголок»;</li> <li>- упражнение на верхний пресс;</li> <li>- упражнение на нижний пресс.</li> </ul> <p>Акробатические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «березка»;</li> <li>- «мостик»;</li> <li>- перевороты вперед-назад.</li> </ul>	<p>и поясного суставов, подвижности позвоночника:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнение «качалка»;</li> <li>- упражнение «лодочка»;</li> <li>- упражнение «дельфиненок»;</li> <li>- упражнение «коробочка»;</li> <li>- упражнение «кошечка»;</li> <li>- упражнение «змеяка»;</li> <li>- наклоны назад в положении лежа и сидя.</li> </ul> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медленный подъем ног вверх в положении лежа;</li> <li>- упражнение «складочка»;</li> <li>- упражнение «уголок»;</li> <li>- упражнение на верхний пресс;</li> <li>- упражнение на нижний пресс.</li> </ul> <p>Акробатические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «березка»;</li> <li>- «мостик»;</li> <li>- «стойка»;</li> <li>- «колесо»;</li> <li>- «арабское колесо»;</li> <li>- «франдат»;</li> <li>- «перемет»;</li> <li>- перевороты вперед-назад в положении «мостик».</li> </ul>
<b><i>Классический танец</i></b>		
<p>Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie. Battements fondus: а) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов</p>	<p>Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie. Battements fondus: а) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов en</p>	<p>Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie. Battements fondus: а) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов</p>

<p>en face; б) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу. Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой). Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie). Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans: а) работающая нога в положении sur le cou – de – pied; б) с подменной ноги. Экзерсис на середине: Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors et en dedans на 45 градусов на всей стопе. Battements fondus: а) на п/п; б) с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie. Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперёд и назад. Pas coupe на п/п. III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперё или назад на demi-plie. Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors et en dedans.</p>	<p>face; б) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу. Battements frappes et battements double frappes. а) на п/п ; б) с окончанием в demi-plie. Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied. Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой). Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie). Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans: а) работающая нога в положении sur le cou – de – pied; б) с подменной ноги. Preparation к pirouette sur le cou – de – pied en dehors et en dedans с V позиции. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans. Экзерсис на середине: Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors et en dedans на 45 градусов на всей стопе. Battements fondus: а) на п/п; б) с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie.</p>	<p>en face; б) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу. Battements frappes et battements double frappes. а) на п/п ; б) с окончанием в demi-plie. Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied. Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой). Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie). Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans: а) работающая нога в положении sur le cou – de – pied; б) с подменной ноги. Preparation к pirouette sur le cou – de – pied en dehors et en dedans с V позиции. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans. Экзерсис на середине: Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors et en dedans на 45 градусов на всей стопе. Battements fondus: а) на п/п; б) с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе. Battements frappes et battements double frappes с</p>
---	--	---

<p>Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.          Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV позиции .          Pas de bourree ballotte an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.          АПЕГРО.          Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.          Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.          Grand pas echarpe на II и IV позиции на crouse et efface.</p>	<p>Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперед и назад.          Pas coupe на п/п.          III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед или назад на demi-plie.          Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.          Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.          Pas de bourree ballotte an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.          АПЕГРО.          Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.          Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.          Grand pas echarpe на II и IV позиции на crouse et efface.          Double assemble.          Sissonne fermee во всех направлениях.          Pas de chat.</p>	<p>окончанием в demi-plie.          Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперед и назад.          Pas coupe на п/п.          III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед или назад на demi-plie.          Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.          Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.          Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV позиции.          Pas de bourree ballotte an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.          АПЕГРО.          Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.          Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.          Grand pas echarpe на II и IV позиции на crouse et efface.          Double assemble.          Sissonne fermee во всех направлениях.          Pas de chat.</p>
<p><b><i>Народно-сценическая хореография</i></b></p>		
<p>Plie:          а) demi и grand plie исполняются по I, II, III позициям;          б) в сочетании с работой корпуса.          Battements tendus: (простой).          Battements tendus jetes: (простой)          Каблучное упражнение:          а) по III позиции;</p>	<p>Plie:          а) demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям;          б) в сочетании с работой корпуса.          Battements tendus:          а) с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;          б) то же с ударом О.Н. в III позицию;          Battements tendus jetes:</p>	<p>Plie:          а) demi и grand plie исполняются по невыворотным позициям;          б) в сочетании с работой корпуса.          Battements tendus:          а) с plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию;          б) с подъёмом пятки О.Н. и с переходом на</p>

<p>б) с мазком «от себя» и «к себе».</p> <p>Flic – flac : с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой;</p> <p>Подготовка к «верёвочке» с прыжком.</p> <p>а) упражнения исполняются на затакт.</p> <p>б) чередование ударов</p> <p>в) удары каблуками в пол;</p> <p>г) «русский ключ»</p> <p>Элементы татарского танца: положение рук и головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках, «Чалуш-тру», «Нанизывание» (женское), Па де баск (женское и мужское), присядка по II позиции. Танцевальная комбинация.</p> <p>Элементы итальянского танца: положение рук, владение тамбурином, бег тарантеллы.</p>	<p>а) с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения;</p> <p>б) balancoire;</p> <p>в) с одинарным ударом ребром каблука (аналогично piqie);</p> <p>г) с динарным ударом.</p> <p>Каблучное упражнение:</p> <p>а) с demi- ronde по воздуху на 45 градусов;</p> <p>б) по 3 позиции;</p> <p>в) с мазком «от себя» и «к себе».</p> <p>Flic – flac :</p> <p>а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой;</p> <p>б) на croise;</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге);</p> <p>б) с поворотом пятки О.Н. с plie, Р.Н. по воздуху.</p> <p>Подготовка к «верёвочке» с прыжком.</p> <p>Упражнения для бедра:</p> <p>а) с п/п на п/п на протяжении всего движения;</p> <p>б) упражнения исполняются на затакт.</p> <p>Pas tortille:</p> <p>а) одинарное с ударом;</p> <p>б) одинарное с ударом и подъёмом на п/п.</p> <p>Выстукивания:</p> <p>а) чередование ударов п/п и каблуками;</p> <p>б) удары каблуками в пол;</p> <p>в) пятко-носовая дробь;</p> <p>г) «русский ключ»</p> <p>Battements developpe:</p> <p>а) с двойным ударом О.Н.;</p> <p>б) с перегибом корпуса.</p> <p>Элементы итальянского танца: положение рук, владение тамбурином, бег тарантеллы:</p>	<p>Р.Н.;</p> <p>в) то же с ударом О.Н. в III позицию;</p> <p>г) то же с двойным ударом О.Н.</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>а) с demi-plie на протяжении исполнения всего упражнения;</p> <p>б) balancoire;</p> <p>в) с одинарным ударом ребром каблука (аналогично piqie);</p> <p>г) с двойным ударом.</p> <p>Каблучное упражнение:</p> <p>а) с demi- ronde по воздуху на 45 градусов;</p> <p>б) по VI позиции;</p> <p>в) с мазком «от себя» и «к себе».</p> <p>Flic – flac :</p> <p>а) с ударом Р.Н. в III позицию всей стопой;</p> <p>б) на croise;</p> <p>в) с tombe на Р.Н. с одним ударом;</p> <p>г) с подъёмом О.Н. на п/п;</p> <p>д) со скачком на О.Н.</p> <p>Характерный ronde de iambe и ronde de pied:</p> <p>а) с поворотом пятки О.Н. (на вытянутой ноге);</p> <p>б) по воздуху на вытянутой О.Н.;</p> <p>в) по воздуху с поворотом пятки О.Н.;</p> <p>г) с поворотом пятки О.Н. с plie, Р.Н. по воздуху.</p> <p>Pas tortille:</p> <p>а) одинарное с ударом;</p> <p>б) одинарное с ударом и подъёмом на п/п.</p> <p>Battements fondus:</p> <p>а) на 45 градусов с подъёмом на п/п;</p> <p>б) на 90 градусов с подъёмом на п/п.</p> <p>Выстукивания:</p>
---	---	--

	<p>а) скрещивание ноги сзади;          б) вынося ногу вперёд.          Элементы татарского танца: положение рук и головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках, «Чалуш-тру», «Нанизывание» (женское), Па де баск (женское и мужское), присядка по VI позиции, «Строчка», «Ук чабаш», «Брма».</p>	<p>а) чередование ударов п/п и каблуками;          б) удары каблуками в пол;          в) пятко-носовая дробь;          г) дробь «в три ножки»;          д) «русский ключ» – сложный.          Battements developpe:          а) с двойным ударом О.Н.;          б) с перегибом корпуса.          Grand battements jetes:          а) с подъёмом на п/п в момент броска;          б) сподъёмом на п/п и demi-plie в момент броска;          в) с tombe-coupe;          г) с tombe-coupe с двойным ударом;          д) balancoire.          Элементы татарского танца: положение рук и головы, ходы: основной женский, мужской, на тройном переступании, мужской на подскоках, «Чалуш-тру», «Нанизывание» (женское), Па де баск (женское и мужское), присядка по VI позиции, «Строчка», «Ук чабаш», «Брма». Танцевальная комбинация.          Элементы итальянского танца: положение рук, владение тамбурином, бег тарантеллы:          а) скрещивание ноги сзади;          б) вынося ногу вперёд.          в) прыжки в позах (atititude, arabesque).          г) соскок (pas echarpe).          д) Pas de bask.          Танцевальная комбинация.</p>
<b>Современный танец</b>		
Разогрев с использованием уровней.	Разогрев с использованием уровней.	Разогрев с использованием уровней.

<p>Сочетания различных ритмов во время движения. Упражнения «сидя», «лёжа», «стоя у станка». Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера. Раздел «Разогрев»: Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере) Разогрев в положении «сидя» и «лёжа».</p>	<p>Комплексы изоляций. Сочетания различных ритмов во время движения. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера. Раздел «Разогрев»: Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере) Разогрев в положении «сидя» и «лёжа».</p>	<p>Комплексы изоляций. Сочетания различных ритмов во время движения. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя». Упражнения стрэч-характера во всех положениях: «сидя», «лёжа», «стоя у станка». Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера. Раздел «Разогрев»: Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере) Разогрев в положении «сидя» и «лёжа», используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса.</p>
<b><i>Постановочная работа, выступления.</i></b>		
<p>Разучивание одной танцевальной композиции. Участие во внутрестудийных мероприятиях и в показательных занятиях для родителей.</p>	<p>Разучивание 1-2 танцевальных композиций. Участие во внутрестудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях.</p>	<p>Разучивание 1-3 танцевальных композиций. Участие во внутрестудийных мероприятиях, в концертах, в районных мероприятиях, в краевых и всероссийских конкурсах.</p>

## Ожидаемый результат

<b>Ознакомительный уровень</b>	<b>Базовый уровень</b>	<b>Продвинутый уровень</b>
<p><i>должен знать:</i> виды и жанры хореографии; образы хореографического, музыкального искусства.</p> <p><i>должен уметь:</i> ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выразить свои собственные ощущения, используя язык хореографии.</p>	<p><i>должен знать:</i> виды и жанры хореографии; классические и современные термины в хореографии; лучшие образы хореографического, музыкального искусства;</p> <p><i>должен уметь:</i> выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выразить свои собственные ощущения, используя язык хореографии.</p>	<p><i>должен знать:</i> виды и жанры хореографии; классические и современные термины в хореографии; лучшие образы хореографического, музыкального искусства;</p> <p><i>должен уметь:</i> выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выразить свои собственные ощущения, используя язык хореографии.</p>

### **Условия реализации образовательного комплекса.**

Успешная реализация программы зависит от ряда факторов. Занятия по программам комплекса должны проводиться регулярно с 1 по 12 год обучения не менее двух раз в неделю. Поскольку, чем регулярнее занятия, тем быстрее и естественнее происходит обучения детей. Реализация программ базируется на следующие принципах:

- принцип дидактики (построение учебного процесса от простого к сложному);
- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения);
- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий);
- принцип творческой мотивации (индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников).

Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я». Для достижения цели каждой образовательной программы комплекса необходимо опираться на следующие основные принципы:

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

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

Для реализации программ в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Учитывая, что в хореографический коллектив часто принимаются дети без специального отбора, одной из задач хореографа является исправление дефектов осанки. Следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы, в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Учащиеся во время обучения должны получать представление о выразительности танцевальных движений, отражающих внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений – выразительности, легкости, стили, грации. Ученики, прошедшие определенный курс по данной программе, должны получить также общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях.

Отчеты хореографического коллектива могут проходить как концертное выступление и как открытое занятие. В мероприятиях воспитательного характера входит подготовка и проведение отчетных концертов, выступлений детей в школе, клубах, помощь товарищам по коллективу в различных танцах, замена заболевших, самостоятельная работа по созданию танцев, исполняемых в своей школе.

### Материально-техническое и кадровое обеспечение

1. Педаго дополнительного образования со специальным образованием в области хореографии.
2. Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум, ковровое покрытие);
3. Раздевалка для обучающихся;
4. Наличие специальной танцевальной формы (купальник, балетные тапочки, балетную юбочку);
5. Наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано);
6. Концертмейстер (владение фортепиано для ритмического, классического и народного танцев);
7. Музыкальный материал для проведения занятий (нотный материал по ритмическому, классическому и народно-сценическому танцам);
8. Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
9. Наличие музыкальной фонотеки
10. Наличие танцевальных костюмов
11. Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

### Формы и методы контроля

Одним из условий реализации образовательного комплекса является его выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты хореографических умений. Умело организованный контроль на каждом этапе обучения – это гарант достижений учащимися знаний, умений, навыков, обозначенных в программе.

#### Виды контроля:

- *предварительный* (сентябрь) - диагностика способностей учащихся на первом занятии нового учебного года;
- *текущий* – наблюдение за успешностью освоения обучающимися танцевальными умениями и развитием хореографического мастерства (ноябрь, февраль);
- *итоговый* - подведение итогов года, анализ результатов выступления обучающихся в рамках районных, окружных, краевых и международных мероприятий (май).

**Высокий уровень освоения программы.** Обучающийся активно, с творческим интересом занимается в коллективе. Уважительно относится к другим детям. Готов помочь в работе. Работоспособен. Материал усваивается на высоком уровне. Самостоятельно изучает новый материал, может рассказать другим детям об интересной информации. Способен организовать творческую группу и продолжить время, без помощи педагога, руководить ее деятельностью. Инициативен. Фантазия и воображение активно развиты. Пластичен.

**Средний уровень освоения программы.** Обучающийся достаточно активно, занимается в коллективе. Уважительно относится к другим детям, но замкнут. Тяжело идёт на контакт. Не слишком работоспособен, т.к. быстро утомляется. Материал усваивается частично. Фантазия и воображение не достаточно развиты. Не достаточно пластичен. Видны его желание и стремление развиваться.

**Низкий уровень освоения программы.** Недисциплинированность. Неуважение к коллективу. Пропуски без уважительных причин. Не усваивает материал. Необходима личная беседа с обучающимся и родителями для рассмотрения вопроса о дальнейшей целесообразности занятий по программе.

### **Список литературы для педагога и родителей.**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М.: Айрис-Пресс, 1999 г.
2. Бекина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 2006 г.
3. Богданов Г. Хореографическое образование.- М., 2001 г.
4. Ваганова А. Я. «Основы классического танца», С-Петербург, 2005 г.
5. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург, 2007 г.
6. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность – М.: Академия, - 2000 г.
7. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002 г.
8. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002 г.
9. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца», С-Пб., 1999 г.
10. Конорова Е. «Хореографическая работа со школьниками», С-Пб., 1998 г.
11. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». Москва, 2005 г.
12. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца», С-Петербург, 2006 г.
13. Пляшешник А.Д. «Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений», Москва, 2008 г.
14. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
15. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000

### **Список литературы для детей.**

1. Бардина С.Ю. «Балет, уроки», Москва, 2005 г.
2. Детская энциклопедия «Балет», Москва, 2010 г.
3. Детский хореографический журнал «Студия Пятипа», 2010 г.