

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Районный центр дополнительного образования»
муниципального образования «Пинежский муниципальный район»
Архангельской области

Рекомендована к реализации экспертной
группой при МБУ ДО «РЦДО»
(Протокол №1 от «25» мая 2021г.)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор В.М.Корова В.М.Корова

(Приказом №84 от 16 июня 2021г.)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«VIVA DANCE»
(сетевая, модульная)**

Возраст обучающихся – 5-17 лет

Срок обучения – 4 года

Составитель:
Черный Артем Юрьевич,
педагог дополнительного образования

Год разработки - 2021

с. Карпогоры

Содержание

Пояснительная записка	стр. 3
Модуль «Азбука хореографии»	стр.6
-пояснительная записка к модулю	стр.6
-учебный план, содержание программы	стр.8
-календарный учебный график	стр.11
Модуль «Балетная гимнастика»	стр.17
-пояснительная записка к модулю	стр.17
-учебный план, содержание программы	стр.18
-календарный учебный график	стр. 20
Модуль «Танцевальная карусель»	стр.26
-пояснительная записка к модулю	стр.26
-учебный план, содержание программы	стр.27
-календарный учебный график	стр. 32
Модуль «Чарующий мир танца»	стр.39
-пояснительная записка к модулю	стр. 39
-учебный план, содержание программы	стр.40
-календарный учебный график	стр.47
Условия реализации программы	стр.53
- кадровое обеспечение	
- методическое обеспечение программы	
- материально-техническое обеспечение	
Список информационных ресурсов к модулям	стр.55
Приложение	стр. 57

Пояснительная записка

”Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное, что есть в жизни, - это свободное движение под музыку. И научиться этому можно у ребенка”.

А.И.Буренина.

Танец – самый прекрасный и завораживающий вид искусства. Он таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Еще столетие назад умение и желание красиво двигаться под музыку для человека было таким же естественным, как дышать. Времена меняются, но по-прежнему, умеющие танцевать привлекают взоры и вызывают восхищение. И какую огромную радость, и восторг вызывают легко и мастерски танцующие на сцене дети. Детские танцевальные коллективы всегда пользуются большой популярностью. Танец пробуждает у ребенка светлые и радостные чувства. Дети получают огромное удовольствие от свободных движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела и жестов.

Программа разработана на основе следующих **нормативно-правовых документов:**

- ФЗ № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в РФ»
- Приказ Министерства образования и науки РФ № 196 от 09.11.2018г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
 - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41).
 - Концепция развития дополнительного образования детей в РФ №1726-р от 04.09.2014г.
 - Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-32-42 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
 - Устав МБУ ДО «РЦДО»
 - Положение о структуре содержания, порядке разработки, рассмотрения, внесении изменений (дополнений) и утверждения образовательной программы и дополнительной общеразвивающей программы МБУ ДО «РЦДО», утв. приказом МБУ ДО РЦДО № 97 от 22.04.2019г.

Особенностью и новизной данной программы является то, что она составлена на основе программ и учебников для хореографических школ и училищ, а также ВУЗов и адаптирована с учетом материально-технических возможностей учреждения, возрастных и психофизических особенностей детей, специфических особенностей работы в **сельской местности**, является модульной, а также внедрены новые формы диагностики и подведения итогов реализации.

Программа реализуется в рамках учреждения с включением **социального партнерства и сетевого взаимодействия** с учреждениями образования и культуры для предоставления помещений для занятий.

Формы обучения: очная, очно-заочная (на период отсутствия транспортного сообщения).

В связи с большой удаленностью населенных пунктов друг от друга, отсутствием оборудованных помещений для занятий хореографией, отвечающих требованиям, при наличии соответствующих условий (наличии технического оборудования у обучающегося и возможности выхода в Интернет), программа может быть реализована в **дистанционном режиме**.

Для обучающихся, не имеющих возможности по медицинским и др. показаниям, осваивать программу в предложенном режиме, может быть предусмотрено обучение по индивидуальному образовательному маршруту.

Программа «Viva dance» основана на следующих **дидактических принципах**:

- принцип полезности обучения обеспечивается за счет показа изучаемых упражнений, доходчивого и образного объяснения, использования наглядных средств;
- принцип доступности процесса обучения достигается с учетом состояния физической подготовленности учащихся, уровня двигательных навыков и умений;
- принцип систематичности и последовательности соблюдается за счет регулярности занятий, содержания репетиций, комплексирования знаний, умений и навыков по результатам физической подготовки;
- принцип системности предполагает преемственность знаний, связь пройденного и нового материала;
- принцип сотрудничества предусматривает признание ценности совместной деятельности детей и взрослых;
- принцип природосообразности определяет учет возрастных и индивидуальных особенностей, задатков и возможностей учащихся, при включении их в различные виды деятельности.

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет **художественную направленность, является разноуровневой**, и состоит из следующих **модулей**:

- *«Стартовый уровень»* - «Азбука хореографии», срок реализации 1 год, возраст детей 5-6 лет (Объем учебного времени - 68 часов в год; по 2 академических часа в неделю);
- *«Стартовый уровень»* - «Балетная гимнастика», срок реализации 1 год, возраст детей 7-17 лет (Объем учебного времени – 68 часов в год; по 2 академических часа в неделю);
- *«Базовый уровень»* - «Танцевальная карусель», срок реализации 1 год, возраст детей 7-11 лет (Объем учебного времени - 68 часов в год; по 2 академических часа в неделю);
- *«Продвинутый уровень»* - «Чарующий мир танца», срок реализации 1 год, возраст детей 12-17 лет (Объем учебного времени - 68 часов в год; по 2 академических часа в неделю).

Все модули имеют вариативный характер. Обучающийся может начать обучение с любого модуля, соответствующего его возрастным, физическим особенностям, а также уровню подготовки.

Модуль «Балетная гимнастика» является универсальным для обучающихся 7-17 лет, т.к. здесь даются основы хореографии для обучающихся, не проявляющих особые способности к танцам, но желающим заниматься данным видом деятельности.

На обучение принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям данным видом деятельности, а также дети, имеющие рекомендации врача к занятиям хореографией. При приеме и обучении могут быть вариации отклонений от возрастной схемы.

Для обеспечения преемственности содержания обучения в программе прослеживается взаимопроникновение тем и разделов программы на протяжении всего обучения.

При поступлении в коллектив на обучающегося заводится «Индивидуальная диагностическая карта» (см. Приложение 1) и карта «Учета индивидуальных достижений» (см. Приложения 2), для отслеживания результатов обучающегося на всех этапах развития и учета индивидуальных особенностей.

Формы аттестации

Ежегодная оценка предметных результатов освоения программы включает в себя оценку теоретической и практической подготовки обучающихся. Оценка теоретической подготовки осуществляется по окончании обучения для детей школьного возраста (модули «Балетная гимнастика», «Чарующий мир танца», «Танцевальная карусель»), измерение происходит с помощью теста (см. Приложение 3). Практическая подготовка определяется по уровню владения практическими навыками – участие детей в фестивалях, концертах, конкурсах и др. мероприятиях.

Оценка личностных качеств, обучающихся осуществляется по окончании учебного года в каждой группе (за исключением модуля «Азбука хореографии») проходит средствами анкетирования (Анкета «Психологический климат группы», авторы В.С.Ивашкин, В.В.Онуфриева и анкета «Мотивы учебной деятельности», автор Л.А. Терпугова).

Система оценивания обучающихся дошкольного возраста по модулю «Азбука хореографии» описана в пояснительной записке модуля раздел «Формы контроля полученных знаний».

Оценочные материалы.

Пакет методик прилагается.

Модуль «Азбука хореографии» «Стартовый» уровень»

В настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т.п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Педагогическая целесообразность образовательного модуля «Азбука хореографии» определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применению полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшению своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается педагогическая **целесообразность** «стартового» модуля по обучению хореографии.

Ежегодное учебно-тематическое планирование рассчитано на **34 учебные недели**.

Цель модуля– развитие творческих способностей дошкольников и младших школьников посредством танцевального искусства.

Задачи:

Образовательные:

- формировать интерес к танцевальному искусству;
- обучить основам партерной гимнастики;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Планируемые результаты

Предметные

- формирование основ общеэстетической и танцевальной культуры, развитие художественного вкуса и устойчивого интереса к искусству танца;
- умение воплощать художественные образы посредством пластики, актерского мастерства, импровизации;

Метапредметные

- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих творческих возможностей.

Личностные

- раскрытие творческого потенциала средствами хореографического творчества;
- формирование дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели;
- формирование эстетических потребностей.

Формы контроля полученных знаний

Текущий контроль

В ходе реализации программы регулярно дети выступают на открытых мероприятиях (календарные праздники). Это позволяет учащимся почувствовать себя успешными, развивать уверенность в себе и в своих способностях, что приводит к раскрытию творческого потенциала.

Итоговый контроль

Система определения результатов деятельности обучающихся по окончании обучения по данному модулю осуществляется через различные формы контроля. Для контроля усвоения приобретенных знаний, умений, навыков по полугодиям используется форма - открытое занятие.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме. При закреплении в обучении элементам экзерсиса целесообразно вводить дидактические музыкально-танцевальные игры.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

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

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Приемы:

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения (5-6 лет)

занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу

Тема	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1 Вводное занятие	1	-	1
2 Ритмика и ритмическая разминка	2	15	17
3 Основы партерной гимнастики	1	13	14
4 Играя, танцуем	1	9	10
5 Постановочная работа	2	13	15
6 Концертная деятельность	1	8	9
7 Промежуточная аттестация	-	2	2
ИТОГО	8	60	68

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Вводное занятие

Теория: Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

Тема «Ритмика и ритмическая разминка»

Теория:

1. Длительность музыкального произведения.
2. Ритмический рисунок
3. Музыкальные акценты.
4. Музыкальный размер.
5. Знакомство со строением музыкального произведения (понятия: вступление, части, музыкальная фраза).
6. Особенности танцевальных жанров (вальс, полька, галоп, марш и т.д.)

Практика:

1. Упражнения для улучшения гибкости шеи: - наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; - движение головы по квадрату;
2. Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевого сустава: - работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; - круговые движения плечами; - «волна» плечами
3. Упражнения для улучшения подвижности рук - круговые движения кистей; - круговые движения рук от плечевого сустава; - круговые движения рук от локтевого сустава; - комбинации для рук с использованием упражнения «волна».
4. Упражнения для развития гибкости позвоночника: - наклоны корпуса вправо-влево, вперед-назад; - круговые движения корпусом
5. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра: - работа бедрами вправо-влево, вперед-назад; - работа бедрами вверх-вниз; - работа бедрами по кругу;
6. Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага: - комбинации растяжек на середине зала; - комбинация растяжек у палки
7. Упражнения для развития силы мышц ног: - прыжковая комбинация

Тема «Основы партерной гимнастики».

Теория

1. Техника исполнения упражнений для развития подвижности стоп.

2. Техника исполнения упражнений для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности.
3. Техника исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.
4. Техника исполнения упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.
5. Техника исполнения упражнений на растяжку и развитие танцевального шага.
6. Техника исполнения акробатические упражнения.

Практика

1. Упражнения для развития подвижности стоп: - натяжение и сокращение стоп; - круговые движения; - работа стопами по 1, 6 позициям.
2. 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.
3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника: - упражнение «качалка»; - упражнение «лодочка»; - упражнение «дельфиненок»; - упражнение «коробочка»; - упражнение «кошечка»; - упражнение «змейка»; - наклоны назад в положении лежа и сидя.
4. 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.
5. 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.
6. Акробатические упражнения: - «березка»; - «мостик»; - «стойка»; - кувырки вперед, назад; - «колесо»; - «арабское колесо»; - «рандат»; - «перемет»; - перевороты вперед-назад в положении «мостик».

Тема «Играя, танцуем»

Теория: Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации – в одних он лидирует, в других подчиняется или осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. Через игру можно научить детей танцевать. В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, - всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Практика:

- игра «ниточка и иголочка»;
- игра «кот и мыши»;
- игра «лягушки и цапли»;
- игра «пчелы»;
- игра «озорные домовята»;
- игра-танец «Угадай сегодня Я».

Тема «Основы классического танца»

Теория Экзерсис у станка

1. Техника исполнения позиции ног (1,2,3,5,6).
2. Техника исполнения demi-plies (1,2,5 позициям).
3. Техника исполнения battements tendus: а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
4. Техника исполнения battement tendu jete.

- а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
 5. Понятия направлений an dehor et an dedan.
 6. Техника исполнения rond de jambe par terre an dehor et an dedan. 7. Техника исполнения releve на полупальцы в 1,2 и 5 позициях и с demi-plie
 8. Техника исполнения grand-plies в 1,2,5 позициях.
 9. Техника исполнения перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Практика Экзерсис у станка

1. Позиции ног (1,2,3,5,6).
2. Demi-plie (1,2,5 позициям).
3. Комбинации battement tendu: а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
4. Комбинации battement tendu jete. А) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
5. Комбинации releve на полупальцах в 1,2 и 5 позициях и с demi-plie
6. Комбинации grand-plie в 1,2,5 позициях.
7. Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Тема «Постановочная работа».

Репертуарный план: «Цыплята», «В гостях у медвежат», «Топ – топ» «Дружба» «Карандаши» «Веселый урок» «Удивительная история» «Сюрприз» «Про апельсин» .

Тема «Концертная деятельность»

1. Участие в концертах и праздниках по плану.
2. Создание атмосферы благожелательности, ориентирование на дальнейший успешный результат.
3. Беседа в форме диалога. Самооценка, оценка педагогом.
4. Система взаимодействия между педагогом и воспитанниками.
5. Раскрытие практической значимости темы.
6. Эмоциональность подачи учебного материала.

Планируемые результаты

После окончания обучения по модулю «Азбука хореографии» обучающийся должен **знать**:

- 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.
- основные элементы классического экзерсиса;
- положения головы, ног, корпуса и рук в процессе усвоения классического экзерсиса у палки и на середине;

После окончания обучения по модулю «Азбука хореографии» обучающийся должен **уметь**:

- выполнять простейшие элементов на «середине»;
- выполнять танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений обучающихся;
- выполнять растяжку
- выполнять классический экзерсис боком к палке;
- выполнять простейшие элементы на «середине»;
- исполнять танцевальные композиции;
- выполнять акробатические упражнения.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
«Стартовый уровень»
Модуль «Азбука хореографии». 5-6 лет
68 учебных занятий в год (34 учебные недели по 2ч в неделю)

№ п/п	Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы	Кол-во часов
1		Вводное занятие.	Знакомство с обучающимися. Игра на знакомство. Инструктаж по технике безопасности.	Теоретическое занятие	1
2		Ритмика и ритмическая разминка	Марш, ходьба на носочках, на пятках, ход с прямой ногой.	Практическое занятие	1
3		Основы партерной гимнастики	Разминка на середине: наклоны туловища в стороны и вперед. Наклоны вниз – упр. далеко-близко.	Практическое занятие	1
4		Играя, танцуем	Игра-песня «Рыболов», «Сидели 2 медведя».	Практическое занятие	1
5		Ритмика и ритмическая разминка	Шаг с наклоном к ногам, выпады с прямой ногой, поскоки.	Практическое занятие	1
6		Играя, танцуем	Игра-песня «Рыболов», «Сидели 2 медведя», танец-игра «Буги-Буги».	Практическое занятие	1
7		Основы партерной гимнастики	Разминка на середине: упражнение «страус», «лесорубы», «мельница».	Практическое занятие	1
8		Играя, танцуем	Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	Практическое занятие	1
9		Ритмика и ритмическая разминка	Бег с захлестом, бег с высоким поднятием колена. Чередование упражнений по кругу с маршем.	Практическое занятие	1
10		Постановочная работа	Работа над номером «Хлопайте в ладошки»	Практическое занятие	1
11		Основы партерной	Разминка на середине: упражнение «носочки-	Практическое	1

		гимнастики	пяточки», наклоны к прямым ногам вместе, сели-выросли-сели-встали.	занятие	
12		Постановочная работа	Работа над номером «Хлопайте в ладошки»	Практическое занятие	1
13		Играя, танцуем	Игра «Чижик», «Не хочу больше», «Круг кружочек».	Практическое занятие	1
14		Ритмика и ритмическая разминка	Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Практическое занятие	1
15		Постановочная работа	Работа над номером «Хлопайте в ладошки»	Практическое занятие	1
16		Постановочная работа	Отработка номера «Хлопайте в ладошки»	Практическое занятие	1
17		Основы партерной гимнастики	Разминка на середине: упражнение «качеля», прогнуться к ноге в положении качели, шпагат.	Практическое занятие	1
18		Постановочная работа	Репетиция на сцене, знакомство со сценической площадкой и правилами поведения в концертном зале и на сцене	Практическое занятие	1
19		Ритмика и ритмическая разминка	Упражнения на выработку осанки. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провозать движение руки головой, взглядом.	Практическое занятие	1
20		Концертная деятельность	Выступление на концерте.	Практическое занятие	1
21		Основы партерной гимнастики	Упражнения на полу: «стрелочки-утюжки», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упр. стрелочки-утюжки разными	Практическое занятие	1

			ногами.		
22		Постановочная работа	Работа над номером «Белая ромашка»	Практическое занятие	1
23		Ритмика и ритмическая разминка	Бег с захлестом, с натянутым подъемом, бег с высоко поднятыми коленями, с прямыми ногами, галоп. Выполнение упражнений по кругу и на месте на середине.	Практическое занятие	1
24		Постановочная работа	Работа над номером «Белая ромашка»	Практическое занятие	1
25		Основы партерной гимнастики	Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом, сидя на попе. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу.	Практическое занятие	1
26		Концертная деятельность	Выступление на сцене	Практическое занятие	1
27		Ритмика и ритмическая разминка	Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины.	Практическое занятие	1
28		Постановочная работа	Работа над номером «Белая ромашка»	Практическое занятие	1
29		Основы партерной гимнастики	Упражнения на полу: ноги врозь – растяжка к ногам через бок и складывание к ногам и в середину.	Практическое занятие	1
30		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
31		Ритмика и ритмическая разминка	Повороты и наклоны головы в стороны, вниз-вверх, круговые движения головой в разные стороны.	Практическое занятие	1
32		Играя, танцуем	Игры «Волшебный мешочек», «Лавата», «Повтори за мной!»	Практическое занятие	1
33		Основы партерной гимнастики	Упражнение «бабочка», «лошадка», «складка».	Практическое занятие	1

34		Промежуточная аттестация	Открытый урок	Практическое занятие	1
35		Ритмика и ритмическая разминка	Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями.	Практическое занятие	1
36		Постановочная работа	Работа над номером «Солнечное настроение»	Практическое занятие	1
37		Основы партерной гимнастики	Упражнения: «бабочка», «березка», «озеро».	Практическое занятие	1
38		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
39		Ритмика и ритмическая разминка	Чередование упражнений изученных ранее под музыку.	Практическое занятие	1
40		Играя, танцуем	Игра-песня «Рыболов», «Сидели 2 медведя», танец-игра «Буги-Буги».	Практическое занятие	1
41		Основы партерной гимнастики	Выполнение наклонов в сторону и вперед, наклоны вперед между ног.	Практическое занятие	1
42		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
43		Ритмика и ритмическая разминка	Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями.	Практическое занятие	1
44		Постановочная работа	Работа над номером «Солнечного настроение»	Практическое занятие	1
45		Играя, танцуем	Игра «Чижик», «Не хочу больше», «Круг кружочек», «Лавата».	Практическое занятие	1
46		Ритмика и ритмическая	Круговые движения локтями, плечами, махи руками вверх-	Практическое занятие	1

		разминка	вниз и в стороны.		
47		Постановочная работа	Работа над номером «Солнечного настроение»	Практическое занятие	1
48		Ритмика и ритмическая разминка	Позиции и положения ног, рук, корпуса в детском эстрадном танце.	Практическое занятие	1
49		Постановочная работа	Работа над номером «Солнечного настроение»	Практическое занятие	1
50		Основы партерной гимнастики	Выполнение наклонов вперед между ног, с прогибом спины, прогибы назад, упражнение «мельница».	Практическое занятие	1
51		Концертная деятельность	Выступление на концерте		1
52		Играя, танцуем	Игра-песня «Рыболов», «Сидели 2 медведя», танец-игра «Буги-Буги».	Практическое занятие	1
53		Ритмика и ритмическая разминка	Соскоки с приземление на одну ногу, на две ноги. Повороты в паре.	Практическое занятие	1
54		Постановочная работа	Работа над номером «Колыбельная»	Практическое занятие	1
55		Основы партерной гимнастики	Выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик».	Практическое занятие	1
56		Постановочная работа	Работа над номером «Колыбельная»	Практическое занятие	1
57		Основы партерной гимнастики	Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», резкие наклоны к ногам (6 позиция ног).	Практическое занятие	1
58		Играя, танцуем	Игра «Пчелы», «Птичий двор»	Практическое занятие	1
59		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1

60		Ритмика и ритмическая разминка	Изучение галопа с комбинированными шагами и притопом по одному, в паре, с продвижением вправо, влево, по диагонали.	Практическое занятие	1
61		Постановочная работа	Работа над номером «Колыбельная»	Практическое занятие	1
62		Постановочная работа	Работа над номером «Колыбельная»	Практическое занятие	1
63		Ритмика и ритмическая разминка	Отработка галопа с комбинированными шагами и притопом по одному, в паре, с продвижением вправо, влево, по диагонали, по кругу.	Практическое занятие	1
64		Постановочная работа	Работа над номером «Колыбельная»	Практическое занятие	1
65		Постановочная работа	Отработка всего концертного репертуара	Практическое занятие	1
66		Концертная деятельность	Отчетный концерт	Практическое занятие	1
67		Основы партерной гимнастики	Обобщение изученного материала по разделу.	Практическое занятие	1
68		Промежуточная аттестация	Открытый урок	Практическое занятие	1

Модуль «Балетная гимнастика» «Стартовый» уровень

Балетная гимнастика – это вид физического воспитания, специфическим содержанием которого является обучение хореографическим движениям, развитие физических качеств, овладение специальными гимнастическими знаниями и формирование осознанной потребности в занятиях физической культурой. Являясь важным фактором эстетического воспитания, развития творческих способностей детей, средства балетной гимнастики обеспечивают устойчивый интерес и высокую эмоциональность занятий, формируют правильную осанку, изящество и грациозность движений, способствуют гармоничному воспитанию детей. Реализация программы основана на доступности задач и заданий (от простого к сложному), предлагаемых для практической деятельности детей, не имеющих начальной подготовки, на сочетании индивидуальной и коллективной творческой деятельности.

Цель модуля – развитие творческих и физических способностей детей средствами балетной гимнастики.

Задачи модуля

- *обучающие*: изучить основы балетной гимнастики, изучить названия хореографических и гимнастических элементов, ориентироваться в пространстве и координировать свои движения;

- *развивающие*: развивать личностные качества – самостоятельность, ответственность, аккуратность, развивать чувствительность и точность в координации движений;

- *воспитывающие*: формировать культуру общения и поведения детей в группе

На занятиях по балетной гимнастике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Полноценная подготовка обучающихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями. Для развития данных качеств в программу обучения вводится учебный модуль «Балетная гимнастика», задача которого состоит в том, чтобы с помощью специальных упражнений подготовить учеников к успешному освоению движений классического танца

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

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

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

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

Модуль «Балетная гимнастика» предназначен для обучающихся 1– 11 классов. Возрастной диапазон обучающихся: 7 – 16 лет. Срок реализации модуля программы - 1 год.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения (7-16 лет)

Тема	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1 Вводное занятие	1	-	1
2 Музыкальная грамота	1	10	11
3 Ритмика и партерная гимнастика	1	10	11
4 Стретчинг	1	9	10
5 Балетная гимнастика	1	10	11
6 Прыжки	1	9	10
7 Отработка гимнастических элементов	1	10	11
8 Итоговая аттестация	1	2	3
ИТОГО	8	59	68

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие

Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

Музыкальная грамота

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Ритмика и партерная гимнастика

Музыкально-ритмический комплекс разминок, для разных частей тела. Упражнения для стоп, осанки и пресса. Упражнения, лежа на животе. Махи в кольцо, шпагаты и полушпагаты. Отработка держания «точки» при вращении. Подскоки, перескоки, шаг полька.

Стретчинг

«Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи)

встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах). "Колечко" с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться. Сидя на прямом "полушпагате", повернуть туловище вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука отведена за спину. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в 1 позицию вверх.

Балетная гимнастика

Подъём ноги назад на 90, вторую согнув в колене лёжа на животе, Battement tendu из I позиции лёжа на животе, на спине, вперёд, в сторону, назад. Перегибы корпуса в стороны, руки на поясе. Работа над устойчивостью. Releve на полупальцах по свободной позиции.

Прыжки

Temps sauté по VI и I позициям, подскоки на месте и с продвижением, «Пингвинчики». Прыжки по I позиции с сокращенными стопами, работа со скакалками, скиппинг, прыжок в шпагат, прыжок в лягушку, подбивной прыжок в "кольцо" одной ногой.

Отработка гимнастических элементов

Репетиционная работа, отработка гимнастических этюдов составленных на пройденном материале.

Итоговая аттестация

Подведение итогов, рекомендации на лето о необходимости систематического повторения элементов растяжки и основных движений балетной гимнастики. Итоговый контроль.

Планируемые результаты

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательного модуля «Балетная гимнастика» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

- у обучающихся будет сформировано представление об основах балетной гимнастики, будет заметна культура общения и поведения в группе. Развиты (в возрастных пределах) личностные качества – самостоятельность, ответственность, аккуратность чувствительность и точность в координации движений, чувство ритм;
- технику безопасности на учебно-тренировочном занятии;
- общие и индивидуальные основы личной гигиены;
- основные термины художественной гимнастики;
- технически правильно выполнять общеразвивающие движения (ходьба, бег, упражнения на развитие гибкости, прыгучести, элементы полуакробатики.
- слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
«Стартовый уровень»
Модуль «Балетная гимнастика»
7-16 лет

68 учебных занятий в год (34 учебные недели по 2ч в неделю)

№ п/п	Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы	Кол-во часов
1		Вводное занятие	Знакомство с обучающимися. Инструктаж по технике безопасности.	Теоретическое занятие	1
2		Музыкальная грамота	Марш, ходьба на носочках, на пятках, ход с прямой ногой.	Практическое занятие	1
3		Ритмика и партерная гимнастика	Разминка на середине: наклоны туловища в стороны и вперед. Наклоны вниз – упр. далеко-близко.	Практическое занятие	1
4		Музыкальная грамота	Игра-песня «Рыболов», «Сидели 2 медведя».	Практическое занятие	1
5		Балетная гимнастика	Шаг с наклоном к ногам, выпады с прямой ногой, поскоки.	Практическое занятие	1
6		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
7		Ритмика и партерная гимнастика	Разминка на середине: упражнение «страус», «лесорубы», «мельница».	Практическое занятие	1
8		Музыкальная грамота	Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	Практическое занятие	1
9		Балетная гимнастика	Бег с захлестом, бег с высоким поднятием колена. Чередование упражнений по кругу с маршем.	Практическое занятие	1
10		Ритмика и партерная гимнастика	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
11		Музыкальная	Разминка на середине:	Практическое	1

		грамота	упражнение «носочки-пяточки», наклоны к прямым ногам вместе, сели-выросли-сели-встали.	занятие	
12		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
13		Ритмика и партерная гимнастика	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
14		Балетная гимнастика	Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	Практическое занятие	1
15		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
16		Музыкальная грамота	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
17		Балетная гимнастика	Разминка на середине: упражнение «качеля», прогнуться к ноге в положении качели, шпагат.	Практическое занятие	1
18		Стретчинг	Репетиция на сцене, знакомство со сценической площадкой и правилами поведения в концертном зале и на сцене	Практическое занятие	1
19		Музыкальная грамота	Упражнения на выработку осанки. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провозжать движение руки головой, взглядом.	Практическое занятие	1
20		Стретчинг	. Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в	Практическое занятие	1

			потолок)		
21		Ритмика и партерная гимнастика	Упражнения на полу: «стрелочки-утюжки», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упр. стрелочки-утюжки разными ногами.	Практическое занятие	1
22		Прыжки	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
23		Стретчинг	Бег с захлестом, с натянутым подъемом, бег с высоко поднятыми коленями, с прямыми ногами, галоп. Выполнение упражнений по кругу и на месте на середине.	Практическое занятие	1
24		Балетная гимнастика	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
25		Ритмика и партерная гимнастика	Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом, сидя на попе. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу.	Практическое занятие	1
26		Балетная гимнастика	Характеристика музыкальных образов.	Практическое занятие	1
27		Ритмика и партерная гимнастика	Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины.	Практическое занятие	1
28		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
29		Прыжки	Упражнения на полу: ноги врозь – растяжка к ногам через бок и складывание к ногам и в середину.	Практическое занятие	1
30		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1

31		Музыкальная грамота	Повороты и наклоны головы в стороны, вниз-вверх, круговые движения головой в разные стороны.	Практическое занятие	1
32		Балетная гимнастика	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
33		Прыжки	Упражнение «бабочка», «лошадка», «складка».	Практическое занятие	1
34		Прыжки	Открытый урок	Практическое занятие	1
35		Музыкальная грамота	Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями.	Практическое занятие	1
36		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
37		Стретчинг	Упражнения: «бабочка», «березка», «озеро».	Практическое занятие	1
38		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
39		Отработка гимнастических элементов	Чередование упражнений изученных ранее под музыку.	Практическое занятие	1
40		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
41		Отработка гимнастических элементов	Выполнение наклонов в сторону и вперед, наклоны вперед между ног.	Практическое занятие	1
42		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
43		Ритмика и партерная гимнастика	Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения	Практическое занятие	1

			кистями.		
44		Отработка гимнастических элементов	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
45		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
46		Ритмика и партерная гимнастика	Круговые движения локтями, плечами, махи руками вверх-вниз и в стороны.	Практическое занятие	1
47		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
48		Отработка гимнастических элементов	Позиции и положения ног, рук, корпуса в детском эстрадном танце.	Практическое занятие	1
49		Отработка гимнастических элементов	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
50		Музыкальная грамота	Выполнение наклонов вперед между ног, с прогибом спины, прогибы назад, упражнение «мельница».	Практическое занятие	1
51		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.		1
52		Ритмика и партерная гимнастика	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
53		Музыкальная грамота	Соскоки с приземление на одну ногу, на две ноги. Повороты в паре.	Практическое занятие	1
54		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
55		Стретчинг	Выполнение джазовой растяжки, упражнение «лягушка», «колечко», «мостик».	Практическое занятие	1
56		Балетная гимнастика	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1

57		Ритмика и партерная гимнастика	Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», резкие наклоны к ногам (6 позиция ног).	Практическое занятие	1
58		Балетная гимнастика	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
59		Прыжки	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
60		Ритмика и партерная гимнастика	Изучение галопа с комбинированными шагами и притопом по одному, в паре, с продвижение вправо, влево, по диагонали.	Практическое занятие	1
61		Балетная гимнастика	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
62		Отработка гимнастических элементов	Работа со скакалкой. Скиппинг.	Практическое занятие	1
63		Отработка гимнастических элементов	Отработка галопа с комбинированными шагами и притопом по одному, в паре, с продвижение вправо, влево, по диагонали, по кругу.	Практическое занятие	1
64		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
65		Балетная гимнастика	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
66		Балетная гимнастика	Отработка держания «точки» при вращении.	Практическое занятие	1
67		Стретчинг	Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок)	Практическое занятие	1
68		Итоговая аттестация	Открытый урок	Практическое занятие	1

Модуль «Танцевальная карусель» «Базовый» уровень

В начальной школе намечается тенденция к увеличению учебной нагрузки. Большое внимание уделяется умственному развитию младших школьников. В таких условиях двигательная активность детей сокращается по сравнению с дошкольным периодом. В связи с этим возникает необходимость повышения интереса детей к занятиям связанными с физической нагрузкой, сознательного и активного отношения к ним.

Средства и методы хореографии располагают огромными возможностями не только чисто хореографической подготовки детей, но и возможностями повышения их физического развития, физической и умственной работоспособности, координации движений, психических и личностных свойств, обогащения их опытом двигательным, эстетическим, эмоциональным, нравственным, опытом общения. Эти возможности хореографии могут быть значительно увеличены, если упражнения дополнить общеразвивающими упражнениями и упражнениям на развитие музыкально-ритмической и двигательной координации. Рациональный подбор упражнений и разработка способов их применения в учебно-тренировочном процессе делает своевременным и актуальным «базовый» модуль «Танцевальная карусель».

Цель модуля формирование творческой физически развитой личности ребенка через раскрытие его индивидуальных возможностей средствами хореографии.

Задачи:

- *оздоровительные* – укрепление здоровья, развитие двигательных способностей, формирование правильной осанки;

- *образовательные*– обогащение учащихся знаниями в области хореографического искусства, формирование двигательных умений и навыков, развитие музыкально-ритмической и двигательной координации;

- *развивающие* – приобщение учащихся к художественному творчеству, развитие способностей в области искусства;

- *воспитательные* – формирование общей культуры личности ребёнка, способной адаптироваться в современном обществе, подготовка к здоровому образу жизни, создание базы для творческого мышления.

Модуль «Танцевальная карусель» построен с учётом принципов системности, доступности, преемственности между разделами. Распределение часов по разделам и темам условное. Педагог может варьировать количество учебных часов по темам в зависимости от степени подготовленности обучающихся. Изучение всех разделов и тем является обязательным.

Программное содержание курса включает в себя работу по формированию и развитию музыкально – ритмических навыков, навыков выразительного движения, развитие физических данных и художественно – творческих способностей.

Модуль «Танцевальная карусель» предназначен для обучающихся 1– 5 классов. Возрастной диапазон обучающихся: 7 – 11 лет.

Срок реализации модуля программы - 1 год.

Рекомендации по построению занятий.

Занятие хореографией состоит из 5 частей.

1. Вводная часть (5 - 7 минут):

а) проводятся беседы о хореографии, о значении музыки в танце, о связи хореографического искусства с другими видами искусства и т.п.;

б) знакомство с элементами ритмики и музыкальной грамоты.

в) проверка готовности к занятиям (форма, эмоциональный настрой, проверка отсутствующих)

2. Подготовительная часть (10 - 20 минут): разучиваются и исполняются упражнения, направленные на подготовку суставно-двигательного и мышечного аппарата к предстоящей работе.

3. Основная часть включает в себя упражнения на развитие музыкально – ритмических и двигательных навыков, общеразвивающие, коллективно – порядковые, гимнастические упражнения, изучение элементов классического, народного, бального, эстрадного танцев (25 – 30 минут).

4. Заключительная часть (15 – 20 минут): знакомство и разучивание отдельных танцевальных элементов, этюдов, музыкально – ритмических игр, танцев, импровизационные этюды.

5. Завершение занятия (7-15 минут): дыхательная гимнастика, беседа с обучающимся о проведенном занятии.

Примечание: в начале и в конце урока делается поклон на 4/4, 2/4, 3/4 (полька, марш, вальс).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения (7-11 лет)

Тема	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1 Вводное занятие	1	-	1
2 Классический партер	1	8	9
3 Основы классического танца	1	8	9
4 Основы народно-сценического танца	1	8	9
5 Основы джаз-модерн танца	1	8	9
6 Основы актерского мастерства	1	8	9
7 Постановочная работа	1	8	9
8 Концертная деятельность	1	9	10
9 Итоговая аттестация	1	2	3
ИТОГО	9	59	68

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Вводное занятие

Теория: Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

Тема «Классический партер»

Теория 1. Техника исполнения demi-plie.

2. Техника исполнения grand-plie.

3. Техника исполнения battements tendu.

4. Техника исполнения battements tendus jete.

5. Техника исполнения battements releves lent на 90 градусов

6. Техника исполнения battements developpe.

7. Техника исполнения grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.

Практика 1. Комбинации demi-plie.

2. Комбинации grand-plie.

3. Комбинации battement tendu.

4. Комбинации battement tendu jete.

5. Комбинации battement releve lent на 90 градусов

6. Комбинации battement developpe.

7. Комбинации grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад

Тема «Основы классического танца»

Теория Экзерсис у станка

1. Техника исполнения demi-plie (1,2,5 позициям).
2. Техника исполнения grand-plie в 1,2,5 позициях.
3. Техника исполнения battements tendu: а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
4. Техника исполнения battements tendu jete. а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
5. Техника исполнения rond de jambe par terre an dehor et an dedan.
6. Техника исполнения battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол.
7. Техника исполнения положения ног sur le sou-de-pied («условное», обхватное)
8. Техника исполнения battements fondu в сторону, вперед, назад носком в пол.
9. Техника исполнения battements frappes в сторону, вперед, назад. (В начале носком в пол)
10. Техника исполнения grand battements jetes с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.
11. Техника исполнения перегибания корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Экзерсис на середине зала.

1. Техника исполнения позиции ног (1,2,3,5,6).
2. Техника исполнения положения epaulement croisee (закрытое), effacee (открытое).
3. Техника исполнения por de bras (1,2).
4. Техника исполнения releves (в 1,2,5 позициях).

ALLEGRO

1. Техника исполнения tempe soute (по 1,2, 5 позиции).
2. Техника исполнения changement de pieds
3. Техника исполнения tour chaine.

Практика Экзерсис у станка

1. Комбинации demi-plie (1,2,5 позициям).
2. Комбинации grand-plie в 1,2,5 позициях.
3. Комбинации battements tendu: а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
4. Комбинации battements tendu jete. а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.
5. Комбинации rond de jambe par terre an dehor et an dedans.
6. Комбинации battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол.
7. Комбинации battements fondus в сторону, вперед, назад носком в пол.
8. Комбинации battements frappes в сторону, вперед, назад. (Вначале носком в пол).
9. Комбинации grand battements jetes с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.
10. Комбинации перегибания корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Экзерсис на середине зала.

1. Позиции ног (1,2,3,5,6).
2. Положения epaulement croisee (закрытое), effacee (открытое).
3. Комбинации por de bras (1,2).
4. Комбинации releves (в 1,2,5 позициях).

ALLEGRO

1. Комбинации tempe soute (по 1,2, 5 позиции).
2. Комбинации changement de pieds
3. Tour chaine.

Тема «Основы народно-сценического танца»

Теория Теоретической основы исполнения движений в народно-сценическом танце не требуется, так как обучающиеся уже должны владеть понятийным аппаратом после изучения основ классического танца.

Практика

Экзерсисустанка:

1. Переводы ног из позиции в позицию.
2. Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
3. Battements tendus (выведение ноги на носок).
4. Battements tendus jetés (маленькие броски).
5. Подготовка к маленькому каблучному.
6. Подготовка к «верёвочке»
7. Grands battements jetés (большие броски).
8. Relevé (подъем на полупальцы).
9. Port de bras.
10. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
11. Прыжки с поджатыми ногами.

Экзерсисна середине зала:

1. Русский поклон:

- а) простой поясной на месте
 - б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении.
2. Основные положения и движения рук:
- ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),
 - руки скрещены на груди,
 - одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку, — положения рук в парах:

- а) держась за одну руку,
 - б) за две,
- положения рук в круге:
- а) держась за руки,
- движения рук:
- а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,
 - б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию),
 - в) взмахи с платочком,
 - г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

- простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
- переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45⁰
- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
- переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,
- тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,
- шаг с мазком каблучком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45⁰,
- комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

- по 1 прямой позиции, — вокруг себя по 1 прямой позиции,
- по 5 позиции, — вокруг себя и в сторону.

5. Подготовка к «верёвочке»:

- без полупальцев, без проскальзывания, — с полупальцами, с проскальзыванием
- «косичка» (в медленном темпе).

6. Подготовка к «молоточкам»:

- по 1 прямой поз. с задержкой ноги сзади, без задержки.

7. Подготовка к «моталочке»:
 — по 1 прямой позиции —с задержкой ноги сзади, впереди,
8. «Гармошечка»:
 — начальная раскладка с паузами в каждом положении
 — «лесенка», — «елочка»,
9. «Ковырялочка»:
 — простая, в пол
 — «ковырялочка» на 90^0 с активной работой корпуса и ноги
10. Основы дробных выстукиваний:
 — простой притоп, — двойной притоп, — в чередовании с приседанием и без него,
 — подготовка к двойной дроби
 — двойная дробь,
11. Хлопки и хлопушки для мальчиков:
 — одинарные,— двойные, — тройные, — фиксирующие, — скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).
12. Подготовка к присядкам и присядки:
 — подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),
 — подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,
 — «мячик» по 1 прямой и 1 позициям
 — подскоки на двух ногах,
 — поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,
 — присядки на двух ногах,
- Подготовка к вращениям на середине зала
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
 - полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere,
 - припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45^0 ,
 - подскоки по той же схеме,
- Во втором полугодии вводится поворот на 90^0 во всех вращениях.
- Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:
- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90^0 , 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
15. Полуприсядки:
 — простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,
 — с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,
 — с выносом ноги на 45^0 .

Тема «Основы джаз-модерн танца»

Теория Основные технические принципы джаз-модерн танца.

1. Изоляция (движение частей-центров тела независимо друг от друга).
2. Координация (согласованные движения двух или более частей-центров тела).
3. Contraction (сжатие, сокращение, т.е. относительное уменьшение объема тела).
4. Release (расширение тела в пространстве).
5. Уровни (джаз-модерн танец активно использует передвижение танцора не только по горизонтали, но и по вертикали. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа).

Практика Раздел «Изоляция»

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк.

3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.

4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка», shimmi, jelly roll.

5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

6. 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, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой.

Раздел «Упражнения для позвоночника»

1. Flat back вперед, назад, в сторону. полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist испираль.

2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая).

Раздел «Координация»

1. Свинговое раскачивание двух центров.

2. Параллель и оппозиция в движении двух центров.

3. Принцип управления, «импульсные цепочки».

4. Координация движения рук и ног, без передвижения.

Раздел «Уровни»

1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».

2. Упражнения стрэтч - характера в различных положениях.

3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.

4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».

5. Твист и спирали торса в положении «сидя».

6. Движения изолированных центров.

Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»

1. Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

2. Шаги по квадрату.

3. Шаги с мультипликацией.

4. Основные шаги афро-танца.

5. Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.

6. Триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.

7. Прыжки: hop, jump, leap. Раздел «Комбинация или импровизация» Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Тема «Основы актерского мастерства»

Обучающиеся должны овладеть понятиями и терминологией, элементарными навыками сценического мастерства, овладеть практическим применением знаний и умений.

Теория

1. Сценический этикет.

2. Сценической внимание.

Практика

1. Тренинги и упражнения для расслабления мышц (лицо –средоточие «психической мускулатуры»).

2. Этюды на развитие внимания (процесс перерождения внимания из интеллектуального в чувственное), воображения (виды, особенности, сценическое воображение, внутренний видеоскоп), памяти.

3. Сюжетно-ролевые игры.

Тема «Концертная деятельность»

- Участие в концертах и праздниках по плану.
- Создание атмосферы благожелательности, ориентирование на дальнейший успешный результат.
- Беседа в форме диалога. Самооценка, оценка педагогом.
- Система взаимодействия между педагогом и воспитанниками.
- Раскрытие практической значимости темы.
- Эмоциональность подачи учебного материала.

Планируемые результаты

Предметные

- умение воплощать художественные образы посредством пластики, актерского мастерства, импровизации;
- знания основных направлений и стилей хореографии, а так же соответствующей им базовой лексики
- развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне;

Метапредметные

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов; определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;

- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной музыкально-эстетической деятельности

Личностные

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности личностного смысла учения; овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

«Базовый уровень»

модуль «Танцевальная карусель». 7-11 лет

№ п/п	Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы	Кол-во часов
1		Вводное занятие.	Знакомство с обучающимися. Игра на знакомство. Инструктаж по технике безопасности.	Теоретическое занятие	1
2		Классический партер	Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.	Практическое занятие	1
3		Основы джаз-модерн	Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону,	Практическое занятие	1

		танца	диагонально, крестом и квадратом.		
4		Основы народно-сценического танца	Переводы ног из позиции в позицию. Demi pliés, grand pliés (полуприседания и полные приседания). Battements tendus (выведение ноги на носок).	Практическое занятие	1
5		Основы актерского мастерства	Тренинг на знакомство «Я знаю о тебе». Дыхательная гимнастика.	Практическое занятие	1
6		Основы классического танца	Изучение позиций рук и ног в классическом танце.	Практическое занятие	1
7		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
8		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
9		Основы народно-сценического танца	Подготовка к маленькому каблучному. Подготовка к «верёвочке»	Практическое занятие	1
10		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
11		Классический партер	Выполнение простейших классических упражнений: battement releve, demiplie, grandplie.	Практическое занятие	1
12		Основы актерского мастерства	Тренинг «Я тебе верю-не верю».	Практическое занятие	1
13		Основы джаз-модерн танца	Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.	Практическое занятие	1

14	Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
15	Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
16	Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
17	Классический партер	Отработка позиций рук, ног и простых элементов в партере.	Практическое занятие	1
18	Основы актерского мастерства	Работа над развитием фантазии. «Мой образ», «Животное», «Случай»	Практическое занятие	1
19	Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
20	Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
21	Основы классического танца	Выполнение простейших классических упражнений: grandbattement. Закрепление изученных ранее упражнений.	Практическое занятие	1
22	Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
23	Основы народно-сценического танца	Подготовка к полуприсядкам и присядкам. Прыжки с поджатыми ногами.	Практическое занятие	1
24	Основы актерского мастерства	Тренинг на работу в паре «А кто я?» «Зеркало» «Эмиоция»	Практическое занятие	1
25	Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
26	Классический партер	Комбинации por de bras (1,2).	Практическое занятие	1

27		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
28		Основы джаз-модерн танца	Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка», shimmi, jelly roll. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.	Практическое занятие	1
29		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
30		Основы классического танца	Tour chaîne.	Практическое занятие	1
31		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
32		Основы народно-сценического танца	Русские ходы и элементы русского танца: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах, переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45° переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу.	Практическое занятие	1
33		Основы актерского мастерства	Пластические этюды под заданную музыку «А что же слышу я...»	Практическое занятие	1
34		Основы джаз-модерн танца	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, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой.	Практическое занятие	1
35		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1

		ная работа		ое занятие	
36		Классический партер	Техника исполнения battements frappes в сторону, вперёд, назад.(В начале носком в пол)	Практическое занятие	1
37		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
38		Основы джаз-модерн танца	Flat back вперед, назад, в сторону. полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist испираль.	Практическое занятие	1
39		Итоговая аттестация	Открытый урок по итогам 1 полугодия.	Практическое занятие	1
40		Основы классического танца	Техника исполнения перегибания корпуса назад и в сторону (лицом к станку).	Практическое занятие	1
41		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
42		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
43		Основы народно-сценического танца	Подготовка к «моталочке»: по 1 прямой позиции — с задержкой ноги сзади, впереди, «Гармошечка»: начальная раскладка с паузами в каждом положении «лесенка», — «елочка», «Ковырялочки»: простая, в пол	Практическое занятие	1
44		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
45		Основы актерского мастерства	Игра «Французский мим». Работа с предметом.	Практическое занятие	1
46		Основы классического танца	Комбинации demi-plie (1,2,5 позициям).	Практическое занятие	1

47		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
48		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
49		Основы джаз-модерн танца	Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая).	Практическое занятие	1
50		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
51		Классический партер	Комбинации battement tendu.	Практическое занятие	1
52		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
53		Основы народно-сценического танца	Основы дробных выстукиваний: простой притоп, — двойной притоп, — в чередовании с приседанием и без него.	Практическое занятие	1
54		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
55		Основы актерского мастерства	Работа над музыкально-пластическими этюдами в тройках-четверках	Практическое занятие	1
56		Основы классического танца	Комбинации battements tendu: а) с 1 позиции в сторону, вперед, назад; б) с 5 позиции в сторону, вперед, назад.	Практическое занятие	1
57		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
58		Основы джаз-модерн танца	Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.	Практическое занятие	1
59		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1

60		Основы народно-сценического танца	Подготовка к вращениям на середине зала по полу повороты по четвертям круга приемом plie-releve, полуповороты по четвертям круга приемам шаг-releve, припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45°.	Практическое занятие	1
61		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
62		Основы актерского мастерства	Наш пластический спектакль!	Практическое занятие	1
63		Основы классического танца	Комбинации tempe soute (по 1,2, 5 позиции).	Практическое занятие	1
64		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	1
65		Основы народно-сценического танца	Обобщение материала изученного на протяжении учебного года	Практическое занятие	1
66		Постановочная работа	Работа над номером	Практическое занятие	1
67		Концертная деятельность	Отчетный концерт	Практическое занятие	1
68		Итоговая аттестация	Открытый урок. Прохождение теоретической части Итоговой аттестации.	Практическое занятие	1

Модуль «Чарующий мир танца» «Продвинутый» уровень

Цель модуля - развитие художественного вкуса, познание танцевальной культуры, формирование детского творческого коллектива.

Задачи:

Образовательные:

- формирование базовых хореографических навыков в области классического, народного и современного танцев, элементарных навыков гимнастики, акробатики, актерского мастерства, знание основных хореографических стилей и жанров;
- понятие взаимосвязи хореографии с другими видами искусства;
- развитие исполнительских способностей учащихся;
- организация постановочной работы и концертной деятельности (разучивание танцевальных композиций, участие детей в конкурсах, фестивалях и т.п.);
- включение родителей в образовательное пространство, формирование детско-взрослого сообщества.

Развивающие:

- развитие творческих способностей и творческого воображения детей;
- развитие коммуникативных навыков;
- приобщение воспитанников к истории искусства танца;
- развитие интереса детей к традициям русской культуры;
- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия. Формирование таких качеств личности как терпение, целеустремленность, выносливость, стремление к самосовершенствованию и творческому росту;
- воспитание художественно-эстетического вкуса, общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитание понимания значимости танца в жизни народа и личностного воспитанника, чувства причастности к своему народу, его истории;
- формирование потребностей и навыков сохранения и укрепления здоровья;
- формирование у учащихся собственной системы нравственных и эстетических ценностей, общей культуры личности.

В основу модуля положены следующие **принципы:**

- культуросообразности, обеспечивающий построение образовательного процесса в контексте лучших образцов мировой и отечественной культур, в том числе музыкальной и хореографической;
- системности и последовательности, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного - к общему»;
- дифференциации и индивидуализации, предполагающий создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого воспитанника;

Занятие строится в основном по классической структуре:

- вводная часть (приветствие);
- разминка по кругу;
- экзерсис у станка и на середине;
- изучение движений к танцу;
- постановочная работа;
- заключительная часть.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1 год обучения (12-17 лет)

Тема	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1 Вводное занятие	1	-	1
2 Классический партер	1	8	9
3 Основы классического танца	1	8	9
4 Основы народно-сценического танца	1	8	9
5 Основы джаз-модерн танца	1	8	9
6 Основы актерского мастерства	1	8	9
7 Постановочная работа	1	8	9
8 Концертная деятельность	1	9	10
9 Итоговая аттестация	1	2	3
ИТОГО	9	59	68

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие

Теория: Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

Тема «Классический партер»

Теория 1. Техника исполнения demi-plie.

2. Техника исполнения grand-plie.

3. Техника исполнения battements tendu.

4. Техника исполнения battements tendus jete.

5. Техника исполнения battements releves lent на 90 градусов

6. Техника исполнения battements developpe.

7. Техника исполнения grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.

Практика 1. Комбинации demi-plie.

2. Комбинации grand-plie.

3. Комбинации battement tendu.

4. Комбинации battement tendu jete.

5. Комбинации battement releve lent на 90 градусов

6. Комбинации battement developpe.

7. Комбинации grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад

Тема «Основы классического танца»

Теория. Экзерсис у станка

1. Техника исполнения demi-plie (1,2,5 позициям с работой рук).

2. Техника исполнения grand-plie в 1,2,5 позициях с работой рук.

3. Техника исполнения battements tendu (в маленьких и больших позах).

4. Понятия baloncoir, tombe.

5. Техника исполнения battement tendus jete (в маленьких и больших позах).

6. Техника исполнения rond de jambe par terre an dehor et an dedans срастяжкой.

7. Техника исполнения rond de jambe en lair an dehor et an dedans.

8. Техника исполнения battement soutenu в сторону, вперед, назад носком в пол на 45 градусов.

9. Техника исполнения battement fondu.

10. Техника исполнения battement frappe.
11. Техника исполнения battement releve
12. Техника исполнения battement developpe.
13. Техника исполнения Grand battements jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.

Экзерсис на середине зала.

1. Техника исполнения demi-plie.
2. Техника исполнения grand-plie.
3. Техника исполнения battement tendu.
4. Техника исполнения battement tendus jete.
5. Техника исполнения rond de jambe par terre an dehor et an dedans срастяжкой.
6. Техника исполнения battement fondue.
7. Техника исполнения battement frappe.
8. Техника исполнения battement releve lent.
9. Техника исполнения battement developpe.
10. Техника исполнения grand battement jete.
11. Техника исполнения позы arabesque (1,2,3,4).
12. Техника исполнения позы ecartee.
13. Техника исполнения por de bras (1,2,3).

ALLEGRO

1. Техника исполнения tempe soute.
2. Техника исполнения changement de pieds
3. Техника исполнения pas echappe.
4. Техника исполнения pas assemble вперед и назад en face, позднее на croisee et efface.
5. Техника исполнения pas gete.
6. Техника исполнения pas chasse.
7. Техника исполнения sisonne fermee.
8. Техника исполнения pas glissade.
9. Техника исполнения pas gr. gete.
10. Техника исполнения pas de chat.
11. Техника исполнения pas ballonne.
12. Техника исполнения stombee.
13. Техника исполнения sisonne ouverte.
14. Техника исполнения sisonne simple.
15. Техника исполнения tour chaine.
16. Техника исполнения пируэтов с 2,4,5 позиции ног.

Практика. Экзерсис у станка

1. Комбинации demi-plie (1,2,5 позициям с работой рук).
2. Комбинации grand-plie в 1,2,5 позициях с работой рук.
3. Комбинации battement tendu (в маленьких и больших позах).
4. Комбинации balancoir, tombe.
5. Комбинации battement tendu jete (в маленьких и больших позах).
6. Комбинации rond de jambe par terre an dehors et an dedans срастяжкой.
7. Комбинации rond de jambe en lair an dehor et an dedans.
8. Комбинации battement soutenu в сторону, вперед, назад носком в пол на 45 градусов.
9. Комбинации battement fondu.
10. Комбинации battement frappe.
11. Комбинации battement releve
12. Комбинации battement developpe.

13. Комбинации grand battements jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад.

Экзерсис на середине зала.

1. Комбинации demi-plie.
2. Комбинации grand-plie.
3. Комбинации battement tendu.
4. Комбинации battement tendus jete.
5. Комбинации rond de jambe par terre an dehors et an dedans срастяжкой.
6. Комбинации battement fondue.
7. Комбинации battement frappe.
8. Комбинации battement releves lents.
9. Комбинации battement developes.
10. Комбинации grand battement jete.
11. Комбинации позы arabesque (1,2,3,4).
12. Комбинации позы ecartee.
13. Комбинации por de bras (1,2,3).

ALLEGRO

1. Комбинации tempe soute.
2. Комбинации changement de pieds
3. Комбинации pas echarpe.
4. Комбинации pas assemble впереди назад en face, позднее на croisee et efface.
5. Комбинации pas gete.
6. Комбинации pas chasse.
7. Комбинации sisonne fermee.
8. Комбинации pas glissade.
9. Комбинации pas gr. gete.
10. Комбинации pas de chat.
11. Комбинации pas ballonne.
12. Комбинации sisonne tombee.
13. Комбинации sisonne ouverte.
14. Комбинации sisonne simple.
15. Комбинации tour chaine.
16. Комбинации пируэтов с 2,4,5 позиции ног.

Тема «Основы народно-сценического танца»

Практика.

Экзерсис у станка

1. Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
2. Battements tendus (выведение ноги на носок).
3. Battements tendus jetés (маленькие броски).
4. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
5. Подготовка к маленькому каблучному.
6. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
7. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
8. Grands battements jetés (большие броски).
9. Relevé (подъем на полупальцы).
10. Port de bras.
11. Подготовка к «молоточкам».
12. Подготовка к «моталочке».
13. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
14. Прыжки с поджатыми ногами.

Экзерсис на середине зала

Русский поклон: простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении.. Основные положения и движения рук:

— ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

— руки скрещены на груди,

— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку, — положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»,

— положения рук в круге:

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»,

— движения рук:

а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,

б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),

в) взмахи с платочком,

г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

— простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

— переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на $30-45^0$, - на полупальцах - этот же ход,

— переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

— переменный ход с *plié* на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

— тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,

— шаг с мазком каблук и вынесением сокращённой стопы на воздух на $30-45^0$,

— комбинации из основных шагов.

«Припадание»:

— по 1 прямой позиции, — вокруг себя по 1 прямой позиции — по 5 позиции, — вокруг себя и в сторону.

Подготовка к «веревочке»:

— без полупальцев, без проскальзывания — с полупальцами, с проскальзыванием , — «косичка» (в медленном темпе).

Подготовка к «молоточкам»:

— по 1 прямой позе с задержкой ноги сзади, без задержки.

Подготовка к «моталочке»:

— по 1 прямой позиции — с задержкой ноги сзади, впереди, — «моталочка» в «чистом» виде.

«Гармошечка»:

— начальная раскладка с паузами в каждом положении, — «лесенка», — «елочка», — исполнение в «чистом» виде.

«Ковырялочки»:

— простая, в пол, — простая, с броском ноги на 45^0 и небольшим отскоком на опорной ноге, — «ковырялочка» на 90^0 с активной работой корпуса и ноги, — в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

Основы дробных выстукиваний:

— простой притоп, — двойной притоп, — в чередовании с приседанием и без него,

— в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопучкой),

— подготовка к двойной дроби — «трилистник»,
— двойная дробь,
— «трилистник» с двойным и тройным притопом,
— переборы каблучками ног,— переборы каблучками ног в чередовании с притопами.

Хлопки и хлопущки для мальчиков:

— одинарные,— двойные, — тройные, — фиксирующие, — скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).

Подготовка к присядкам и присядки:

— подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),

— подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,

— «мячик» по 1 прямой и 1 позициям,

— подскоки на двух ногах,

— поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,

— присядки на двух ногах,

— присядки с выносом ноги на каблук,

— присядки с выносом ноги в сторону на 45^0 .

Подготовка к вращениям на середине зала

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,

- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere,

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки,

- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45^0 ,

- подскоки по той же схеме,

- «поджатые» прыжки по той же схеме, - подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90^0 во всех вращениях.

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90^0 , 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;

- 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180^0 , 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;

- поворот на 4 шага - retere на 180^0 ;- подскоки – разучиваются по той же схеме.

Полуприсядки:

— простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,

— с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,

— с выносом ноги на 45^0 ,

— с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,

— с выходом на каблучки в широкую вторую позицию,

— с выходом на каблучки и разворотом корпуса в сторону,

— с выходом на каблучки, ноги раскрыты вперед-назад, — аналогично

с поворотом корпуса.

Этюды на основе:

русского, белорусского, литовского, украинского танцев (по усмотрению преподавателя);

Тема «Основы джаз-модерн танца»

Теория

1. Поза коллапса (своеобразное держание тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх).

2. Полицентрия (движение двух и более частей-центров тела одновременно).

3. Полиритмия (движение частей-центров тела в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга).
4. Мультипликация (раскладывание движения на составные части).
5. Release (расширение тела в пространстве).
6. Разогрев с использованием уровней.
7. Комплексы изоляций.
8. Сочетания различных ритмов во время движения.
9. Комбинации состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя».
10. Упражнения стрэтч-характера во всех положениях: «сидя», «лежа», «стоя у станка».
11. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров.
12. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.

Практика

Раздел «Разогрев»

1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в портере.)
2. Разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стрэтчхарактера, наклоны и твисты торса.
3. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Раздел «Изоляция»

1. Комплексы изоляций.
2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.
3. Плечи: комбинации из движений, изученных ранее, разноритмические комбинации, соединение с движениями других центров.
4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение в комбинации движений. изученных ранее, разноритмические комбинации.
5. Пелвис: соединение в комбинации движений. изученных ранее, hip lift, полукруги и круги одним бедром.
6. Руки: комбинации движений. изученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.
7. Ноги: соединение в комбинации движений. изученных ранее, соединение движения ног с движениями рук, с движениями других центров, с движениями торсов (спираль, твист, contraction и release).

Раздел «Координация»

1. Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию.
2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.
3. Соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунков.
4. Использование различных ритмов в исполнении движений.

Раздел «Упражнения для позвоночника»

1. Соединение в комбинации движений, изученных ранее.
2. Использование падений и подъемов во время комбинаций.
3. Соединении contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел «Уровни»

1. Комбинации с использованием contraction и release, спирали и твисты торса.
2. Перемещение из одного уровня в другой.
3. Упражнения стрэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел «Кросс. Передвижение в пространстве»

1. Комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами.
2. Использование contraction и release во время передвижения.
3. Вращение как способ передвижения в пространстве.
4. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
5. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

Раздел «Комбинации или импровизации»

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Тема «Основы актерского мастерства»

Теория

1. Создание сценического образа. Действенная партитура роли.
2. Комплексная система упражнений для совершенствования актерского мастерства.
3. Искусство актера – это искусство переживания, искусство представления.

Практика

1. Метод действенного анализа спектакля.
2. Этюды на поиск зерна характера.
3. Этюды на органическое молчание.
4. Этюды на идейно-образное видение произведения.

Тема «Концертная деятельность»

- Участие в концертах и праздниках по плану.
- Создание атмосферы благожелательности, ориентирование на дальнейший успешный результат.
- Беседа в форме диалога. Самооценка, оценка педагогом.
- Система взаимодействия между педагогом и воспитанниками.
- Раскрытие практической значимости темы.
- Эмоциональность подачи учебного материала.

Планируемые результаты

Предметные

- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- овладение общечеловеческими нормами нравственности и развитие таких качеств личности, как интеллигентность, адаптивность, креативность, чувство собственного достоинства;
- овладение техникой исполнения танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере.

Метапредметные

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Личностные

- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- реализация творческого потенциала, ориентация в культурном многообразии окружающей действительности в творческой жизни класса школы и др

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
«Продвинутый уровень»
Модуль «Чарующий мир танца», 12-17 лет

№ п/п	Дата	Тема занятия	Содержание	Вид работы	Кол-во часов
1		Вводное занятие	Знакомство с обучающимися. Инструктаж по технике безопасности. С правилами поведения в зале, на сцене и поездках.	Теоретическое занятие	
2		Классический партер	Комбинации demi-plie. Комбинации grand-plie. В партере. Балетный тренаж	Практическое занятие	
3		Классический партер	Комбинации battement tendu. Комбинации battement tendu jete В партере. Балетный тренаж	Практическое занятие	
4		Основы народно-сценического танца	Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).	Практическое занятие	
5		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
6		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
7		Основы актерского мастерства	Тренинг на командообразование	Практическое занятие	
8		Классический партер	Комбинации battement releve lent на 90 градусов. Балетный тренаж.	Практическое занятие	
9		Основы джаз-модерн танца	Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)	Практическое занятие	
10		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	

11		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
12		Основы народно-сценического танца	Battements tendus (выведение ноги на носок). Battements tendus jetés (маленькие броски).	Практическое занятие	
13		Классический партер	Комбинации battement developpe.	Практическое занятие	
14		Основы джаз-модерн танца	Разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стретч характера, наклоны и твисты торса.	Практическое занятие	
15		Основы классического танца	Комбинации demi-plie (1,2,5 позициям с работой рук).	Практическое занятие	
16		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
17		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
18		Основы народно-сценического танца	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу). Подготовка к маленькому каблучному.	Практическое занятие	
19		Классический партер	Комбинации grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад	Практическое занятие	
20		Основы актерского мастерства	Тренинг «Мои эмоции на сцене»	Практическое занятие	
21		Основы джаз-модерн танца	Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.	Практическое занятие	
22		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	

23		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
24		Основы классического танца	Комбинации grand-plié в 1,2,5 позициях с работой рук.	Практическое занятие	
25		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
26		Основы джаз-модерн танца	Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.	Практическое занятие	
27		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
28		Основы народно-сценического танца	Подготовка к «верёвочке», «верёвочка». Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).	Практическое занятие	
29		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
30		Основы классического танца	Комбинации battement tendu (в маленьких и больших позах). Комбинации balancoir, tombe.	Практическое занятие	
31		Основы джаз-модерн танца	Руки: комбинации движений, изученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.	Практическое занятие	
32		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
33		Основы актерского	Тренинг по эмоциональному выплеску	Практическое занятие	

		мастерства			
34		Классический партер	Отработка изученного материала. Работа над выворотностью стоп.	Практическое занятие	
35		Основы джаз-модерн танца	Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию.	Практическое занятие	
36		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
37		Основы народно-сценического танца	Grands battements jetés (большиеброски). Relevé (подъемнаполупальцы). Port de bras.	Практическое занятие	
38		Классический партер	Отработка изученного материала. Работа над выворотностью стоп и тазобедренного сустава.	Практическое занятие	
39		Основы классического танца	Комбинации battement tendu jete (в маленьких и больших позах).	Практическое занятие	
40		Основы народно-сценического танца	«Ковырялочки»: простая, в пол, — простая, с броском ноги на 45 ⁰ и небольшим отскоком на опорной ноге, — «ковырялочка» на 90 ⁰ с активной работой корпуса и ноги, — в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.	Практическое занятие	
41		Основы джаз-модерн танца	Пелвис: соединение в комбинации движений. изученных ранее, hip lift, полукруги и круги одним бедром.	Практическое занятие	
42		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
43		Основы классического	Комбинации sisonne fermee.	Практическое занятие	

		танца			
44		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
45		Основы джаз-модерн танца	Ноги: соединение в комбинации движений. изученных ранее, соединение движения ног с движениями рук, с движениями других центров, с движениями торсов (спираль, твист, contraction и release).	Практическое занятие	
46		Основы народно-сценического танца	Основы дробных выстукиваний: простой притоп, — двойной притоп, — в чередовании с приседанием и без него, в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопучкой),	Практическое занятие	
47		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
48		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
49		Основы классического танца	Комбинации sisonne simple.	Практическое занятие	
50		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
51		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
52		Основы классического танца	Комбинации tour chaine.	Практическое занятие	
53		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	

		Основы народно-сценического танца	подготовка к двойной дроби — «трилистник», двойная дробь, «трилистник» с двойным и тройным притопом,	Практическое занятие	
54		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
55		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
56		Основы классического танца	Комбинации pas ballonne	Практическое занятие	
57		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
58		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
59		Основы народно-сценического танца	Обобщение изученного материала	Практическое занятие	
60		Концертная деятельность	Выступление на концерте	Практическое занятие	
61		Основы джаз-модерн танца	Обобщение изученного материала	Практическое занятие	
62		Основы классического танца	Обобщение изученного материала	Практическое занятие	
63		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
64		Постановочная работа	Работа над репертуаром	Практическое занятие	
65		Основы народно-сценического танца	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу). Подготовка к маленькому каблучному.	Практическое занятие	
66		Классический	Комбинации grand battement jete с 1 и 5 позиций вперед, в	Практическое	

		партер	сторону, назад	занятие	
67		Концертная деятельность	Отчетный концерт	Практическое занятие	
68		Итоговая аттестация	Открытый урок. Решение итогового тестирования.	Практическое занятие	

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования Черный А.Ю. Имеет высшее профессиональное образование ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт искусств и культуры» по направлению «Народное художественно творчество» квалификация «Руководитель хореографического коллектива. Преподаватель.». 1 раз в 3 года проходит курсовые мероприятия в АО ИОО по профилю деятельности. Профессиональные компетенции педагога соответствуют профессиональному стандарту «Профессиональный стандарт педагога дополнительного образования детей и взрослых».

Методическое обеспечение программы

Формы обучения

- очная
- очно-заочная (при отсутствии транспортного сообщения)
- дистанционная
- индивидуальный образовательный маршрут (при наличии медицинских противопоказаний)

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- дистанционное занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- творческая встреча;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Материально-техническое обеспечение программы.

- Наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, аудиоаппаратура.
- Гимнастические коврики, скакалки.
- Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек велосипедки и футболка, либо купальник для занятий и юбочка).
- Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, кассеты, диски)
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Список информационных ресурсов

Список литературы и Интернет-ресурсов к модулю «Азбука хореографии»

Для педагога:

1. Алексеева Л. Н. Танцы для детей. – М.: Советская Россия, 1979 г.
2. Базарова Н. Классический танец. /Н. Базарова. – Л., 2000.
3. Базарова Н. Азбука классического танца. /Н. Базарова, В. Мей. – Л., 1983.
4. Галиченко И. Г. Детский сад «Танцуем и играем» /И. Г. Галиченко . – Л., 2007.
5. Немова Г. В., Детский сад «Танцы для дошкольников» /А. Н. Малышева – Я. 2008.
6. Зарецкая Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста / Н. В. Зарецкая. – М . 2008.
7. Шмаков С. А. Игры-шутки, игры-минутки. – М., 1996 г.
8. Щекотихина, С.А., Бухвостова, Л.В., Заикин Н.И. Балетмейстер и коллектив: Учебное пособие. [Текст]/С.А.Щекотихина, Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин – Орел, 2007.-.248с

Для родителей:

1. Форум «Мой ребенок танцует»
<https://events.school.mosreg.ru/event.aspx?event=111876&view=forum&thread=134841>
2. Родителям начинающих танцоров.<http://maxi-dance.org/content/>
3. Сурженко, Л. Как вырастить личность. Воспитание без крика и истерик. – Издательство: Питер, 2011.

Для обучающихся:

1. Современные танцы для детей, от балета до хип-хоп. <http://www.shake-dance.ru/polza/780/>
2. Все о танцах! Зачем танцевать?!
<http://www.liveinternet.ru/users/3562362/rubric/1436469>

Список литературы и Интернет-ресурсов к модулю «Танцевальная карусель»

Для педагога:

1. Бухвостова, Л.В., Композиция и постановка танца [Текст]/ Л.В. Бухвостова. - Орел, 2001. – 154 с
2. Ваганова А. Я. Основа классического танца. Л-М.; 1961 г
3. Васильева Т. Балетная осанка. – М., 1993 г.
4. Голубовский Б.Н. Наблюдения. Этюд Образ. Уч. пос. для студентов театр. вузов. М.: ГИТиС,1990 г.
5. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М., 1990.
6. Климов, А. Основы русского народного танца: Учебник [Текст]/ А. Климов. – М., МГИИК, 1994. – 569 с.
7. Никитин В. Ю. Модерн – джаз (методика преподавания). – М., 2002 г.
8. Никитин В. Ю. Модерн – джаз (начало обучения). – М., 1998 г.

Для родителей:

1. Лекция «Тренер-танцор-родитель – психология взаимоотношений»<http://drivehiphop.ru>
2. Зажигина, М.А. Чего не стоит делать родителям, но что они всё равно делают. Родительская библиотека. – М.: Генезис, 3-е изд., 2010. – 240 с.
3. Группа «Родители –танцоров » <https://vk.com/club74455020>

Для обучающихся:

1. Web-издательство «Век информации», режим доступа <http://www.nashsait.com/> [Электронный ресурс]
2. Танцевальный Клондайк, режим доступа <http://dancerussia.ru/> [Электронный ресурс]
3. Плисецкая М.М., Я Майя Плисецкая / М.М. Плисецкая. – Москва, 1997. – 104с.

Список литературы и Интернет-ресурсов к модулю «Чарующий мир танца»

Для педагога:

1. Головкина С. Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: «Искусство», -1989 г.
2. Ершова Л., Букатов В. Актерская грамота подросткам. Ив.: 1994.
3. Заикин, Н.И. Костюм и сценическое оформление танца: Учебное пособие [Текст]/ Н.И. Заикин. – Орел: ОГИИК, 2010. – 84 с.
4. Заикин, Н.И., Заикина, Н.А. Областные особенности русского народного танца: Учебное пособие. [Текст]/ Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. – Орел, Ч.1, 2003. – 550с
5. Никитин В. Ю. Модерн – джаз (продолжение обучения). – М., 2001 г.
6. Хавилер Д.С. Тело танцора. – М.: Издательство Новое слово, 2004 г.
7. Шмойлов М. Мастерство актера: Упражнения и игры начального этапа обучения. Методические разработки. Л.: 1990.

Для родителей:

1. Млодик, И. Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему. Родительская библиотека. – М.: Генезис, 4-е изд., 2010. – 232 с.
2. Дерлейн Ребекка, Уже взрослый, еще ребенок. Подростковедение для родителей./ Альпина Паблишер, 2015 г. – 276 с.
3. Сайт для родителей «Семья растет» <http://www.semya-rastet.ru/>

Для обучающихся:

1. Д/ф. «Пленники Терпсихоры» ч.1., ч.2 (реж .Е.Резников), Россия. <https://www.youtube.com/watch?v=EpoLQtNoHLw>
2. Лиёпа М., Я хочу танцевать до ста лет./ М. Лиёпа – АСТ Пресс, 2011. – 491с.
3. Моисеев И.А., Я вспоминаю./ И.А. Моисеев – М.: Согласие, - 1998. – 302 с.

«Индивидуальная диагностическая карта»

- Титульный лист

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Дата рождения _____

Домашний адрес _____

Класс _____

Школа _____

Объединение _____

Дата вступления в объединение _____

Вводная диагностика

Ф.И.О. _____

Дата _____

Задания	Уровень			примечание
	оптимальный	хороший	допустимый	
«Моё тело»				
Физическое развитие				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				

Промежуточная диагностика

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				
Ориентация в пространстве				
Дыхание при движении				
Танцевальные этюды				

Итоговая диагностика

Ф.И.О. _____

Дата _____

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Физическое развитие				
Выворотность ног				
Подъем стопы				
Балетный шаг				
Гибкость тела				
Прыжок				
Координация движений				
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				
Уровень освоения программы				

Ориентация в пространстве				
Дыхание при движении				
Танцевальные комбинации				
Постановка корпуса (позиции рук, ног)				

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

«Учет индивидуальных достижений»

«+» - участие

«1,2,3» - призовые места

«спец» - специальные призы и награды

№ п/п	Фамилия, имя, отчество обучающегося	Участие обучающихся в мероприятиях различного уровня			
		Учебный год			
		Уровень участия	Уровень участия	Уровень участия	Уровень участия
		Название мероприятия, место и сроки проведения	Название мероприятия, место и сроки проведения	Название мероприятия, место и сроки проведения	Название мероприятия, место и сроки проведения

Тестирование обучающихся (ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ)

Модуль «Танцевальная карусель»

1 вариант

- 1) Древнегреческой богиней танца является –
 А. Афродита Б. Терпсихора В. Ника
- 2) Как называется комплекс движений у станка и на середине зала?
 А. Экзерсис Б. Партер В. Адажио
- 3) Расстановка в «шахматном порядке» -
 А. Все стоят в одной линии
 Б. Несколько линий стоят точно друг за другом
 В. Несколько линий стоят в промежутках
- 4) Что задает в музыке скорость исполнения движений?
 А. Темп Б. Ритм В. Акцент
- 5) В переводе с французского Plie –
 А. Мах Б. Шаг В. Приседание
- 6) Сколько «точек» в хореографическом классе? _____
- 7) Сколько основных позиций ног в танце? _____
- 8) С какими видами искусства «дружит» хореография?
 А. Живопись Б. Музыка В. Поэзия
- 9) Неотъемлемой составляющей готового концертного номера является _____
- 10) С чего всегда начинается и заканчивается любой урок хореографии
 А. Поклон Б. Наклон В. Прыжки

2 вариант

- 1) Традиционный русский народный танец называется -
 А. Полька Б. Калинка В. Чардаш
- 2) Музыкальный размер танца Полька?
 А. 2/4 Б. 6/8 В. 3/4
- 3) Сколько «точек» в хореографическом классе? _____
- 4) С чего всегда начинается и заканчивается любой урок хореографии
 А. Поклон Б. Наклон В. Прыжки
- 5) В переводе с французского Releve –
 А. Подъем Б. Шаг В. Приседание
- 6) Что задает в музыке точность исполнения движений?
 А. Темп Б. Ритм В. Акцент

7) Назовите 2 основных танцевальных формы в русском танце

8) Русская балерина исполнившая первая «Умиряющего лебедя»

А. М.Плисецкая Б. А.Дункан В. А.Павлова

9) Комплекс упражнения на ковриках называют _____ гимнастикой.

10) Для чего нужен сценический макияж (грим)?

Модуль «Балетная гимнастика»

1 вариант

1) У первобытного человека танец имел _____ смысл.

2) Музыкальный размер танца ВАЛЬС?

А. 2/4 Б. 6/8 В. 3/4

3) Движение из т.6 в т.2 класса по прямой, это движение _____

4) Растяжка необходима для развития:

А. Танцевального шага Б. Мышц спины В. Координации

5) Назовите правую и левую ногу так, как педагог говорит о них в классе во время исполнения комбинации или отдельных элементов.

6) Какие 4 этапы урока являются основными?

А. Поклон Б. Разминка В. Разговоры Г. Постановочная часть Д. Отработка Е. Изучение нового Ж. Примерка костюма З. Репетиция на сцене

7) Сколько основных позиций рук в танце? _____

8) Если танец начинается «с точки», то это называется:

А. Мизансцена Б. Авансцена В. Зарисовка

9) Сколько видов «ключей» в народно-сценическом танце?

10) Из каких 3 частей состоит любой концертный номер?

2 вариант

1) В чем на Ваш взгляд заключается стилизация традиционного танца?

А. Аранжировка музыки Б. Сохранение хореографии В. Добавление современного танца Г. Сохранение музыки

2) В каком году и кем основан Северный русский народный хор?

3) Перечислите 5 самых известных ансамблей народного танца

4) Dancehall – народный танец, которых зародился _____

5) Русский народный танец имеет свои особенности в каждом регионе. Продолжите начатое: причины их возникновения - Климат, костюм.....

6) Назовите не менее 2 причин для чего необходима разминка?

7) Какие 2 основных направления существуют в Ирландском танце?

8) Для того чтоб зритель пришедший на балет, понимал его смысл он читает:

А. Афиша Б. Интернет В. Либретто Г. Историю театра

9) Мастер-класс это форма занятия направленная на _____

10) Назовите 1 причину почему при вращении необходимо «держат точку»?

Модуль «Чарующий мир танца»

1 вариант

- 1) Перечислите 5 ведущих танцовщиков и танцовщиц современного русского балета.
- 2) Высота прыжка в хореографии определяется таким понятием как _____.
- 3) Contemporary и его отличительная особенность.
- 4) Каким термином классического танца определяется группа прыжков?
А. Allegro Б. Adagio В. Frappe
- 5) При «скользяком» сценическом покрытии вне зависимости от обуви танцоры используют:
А. Канифоль Б. Клей В. Сладкий чай
- 6) Кто является «Босоногой» танцовщицей:
А. А. Дункан Б. А. Волочкова В. М. Плисецкая
- 7) «Лебединое озеро». Назовите постановщика, количество актов, год создания
- 8) Укажите один из первых балетмейстеров советского времени, который начал передавать фольклорному танцу сценическое воплощение.
А. И. Моисеев Б. Н. Надеждина В. М. Кольцова
- 9) Что называют «хореографическим наследием» в русском народном танце, приведите пример.
- 10) Назовите танец, исполняющийся девушками и женщинами в годы ВОВ без музыкального сопровождения.

2 вариант

1 Какой вид arabesques изображен на рисунке:



А) I Б) II В) III

2. Какое движение классического танца развивает силу верхней части ноги, легкость и подвижность нижней части ноги.

А) Ronddejambeenl' air (ронд де жамб ан лер) Б) Battementdeveloppe (батман девлюпе)
В) Grandbattementjete (гранд батман жете)

3. Термин в классическом танце, означающий высокий прыжок.

А) Баланс Б) Аллегро В) Элевация

4. Танец четырех исполнителей, классический квартет.

А) Pasdedeux[па дэ дэ] Б) Pasdetrios[па дэ трыа] В) Pasdequatre[па дэ катр]

5. Традиционный музыкально-танцевальный стиль, происходящий из Андалусии (Испания), слияние музыкального сопровождения (токе), пения (канте) и танца (байле). Танцы и песни фламенко, как правило, сопровождаются гитарой и перкуссией: ритмическим битьем в ладоши (пальмас), игрой на перкуSSIONном ящике (кахон); иногда — кастаньетами.

А) Пасадобль Б) Фламенко В) Хота

6. Кто стал основателем гастрольных выступлений русских артистов балета и оперы «Русские сезоны» (1908-1929 гг) за границей.

А) Сергей Дягилев Б) Михаил Барышников В) Александр Бенуа

7. Сцена из какого балета изображена на рисунке:



А) Призрак розы Б) Лебединое озеро В) Жизель

8. Современный танцевальный стиль, объединяющий основы танцевальных методик, взятых из западного (классический танец, джаз-модерн) и восточного (цигун, тай цзи цюань, йога) искусства движения.

А) Contemporary (контемпори) танец Б) Джаз танец В) Tribal (трайбл) танец

9. Какое движение изображено на рисунке:



А) аттитюде effacee Б) Экарте В) аттитюде croisee

10. Передача в исполнении наиболее типичных особенностей композиции, своеобразия лексики, взаимоотношений танцующих, отличительных качеств национального костюма, правил обращения с ним.

А) Манера танца Б) Стиль танца В) Лексика танца

Звариант

1. Название элемента экзерсиса

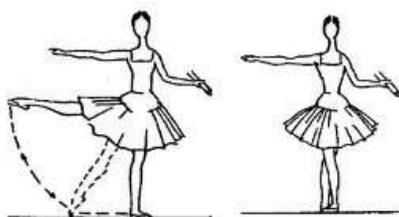


А) Батман фραπεБ) Пор де бра впередВ) Сюр ле ку де пье (основное положение ноги на щиколотке впереди)

2.Музыкальный размер (м/р)

А) Определяет количество долей в одном такте.Б) Определяет длительность всей мелодии.В) Определяет длительность одного музыкального такта.

3. Grand battement (Гранд батман)



А)



б)

4. Экзерсис у опоры или на середине

А) Комплекс упражнений для расслабления.Б) Комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений.В) Комплекс танцевальных движений.

5.Танец, который воспроизводит специфику национального самосознания

А) Классический баетБ) Джаз-танецВ) Народный танец

6.Древнейшей формой народного танца в России является

А) танец-песняБ) кадрилиВ) хоровод

7.В каком году открылась первая в России профессиональная балетная школа «Собственная её величества танцевальная школа», ныне «Академия русского балета» им. А.Я. Вагановой.

А) 1738Б) 1932В) 2000

8 Опишите **основы танцевальной импровизации** _____

9 Дай определение: **батман**

10 Творческий блок

Чтобы научиться красиво и правильно танцевать необходимо знать

_____,
уметь _____

4 вариант

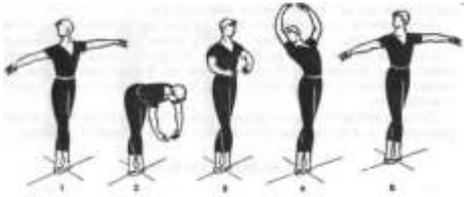
1.В танцевальную композицию входят: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (...), всевозможные ракурсы.

А) Начало танца.Б) Перемещение танцующих по сценической площадке.В) Финал танца.

2.Плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

А) Battement frappe (Батманфрапэ) Б) Battement developpe (бытмандевлюпе) В)Battement releve lent (Релевелянт)

3.Укажите вид port de bras (пордебра):



А) 2Б) 3В) 1

4. Кто основал систему пластического танца.

А) Айседора ДунканБ) Агриппина ВагановаВ) Анна Павлова

5. Укажите в каком веке танцевали танец аристократов – «Менует».

А) XVII в.Б) XV в.В) XIX в.

6. Укажите группу акробатических упражнений.

А) Акробатические прыжкиБ) БалансированияВ) Бросковые упражнения

7. Костюм какой национальности изображен на рисунке:



А) МолдавскийБ) ВенгерскийВ) Русский

8. Какой вид хореографического искусства отражает танцевальные стили различных исторических эпох, сохраняет в современном искусстве картины и образцы танцевальной культуры прошлого.

А) Бальный танецБ) Историко-бытовой танецВ) Народный танец

9. Дай определение «народный» - это _____

10. Определите вид танца и разбейте танцы на группы:

«Полонез», «Танго», «Полька-янка», «Вальс», «Чардаш», «Калинка», «Ча-ча-ча», «Толкачики», «Минуэт», «Джайв».

11 Творческий блок

Напишите краткое сочинение на тему «Я в мире
танца» _____
