

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ С ПРЕДОСТАВЛЕНИЕМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

(ГБОУ «ШИДО г.о. Горловка»)

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора

 Т.Я.Карастелёва

29.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор


О.И.Топинская



29.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Ансамбля современного танца
«Урбанс»



Составитель программы:
Ходарева Светлана Викторовна

Горловка - 2024

ПАСПОРТ

Учреждение, реализующее программу	ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ШКОЛА-ИНТЕРНАТ С ПРЕДОСТАВЛЕНИЕМ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА» Адрес: 284647 г. Горловка, ул. Черникова, д. 8
Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности ансамбля современного танца «УРБАНС»
ФИО, должность разработчика программы	Ходарева Светлана Викторовна педагог дополнительного образования
Сведения о программе:	
Аннотация	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности ансамбля современного танца «УРБАНС» способствует формированию и раскрытию творческой личности обучающихся. Содержание программы предполагает знакомство с искусством хореографии, изучение основ классического и народного танца и техник их исполнения, овладение выразительностью и сценичностью исполнения хореографических номеров. Обучение по данной программе способствует:</p> <ul style="list-style-type: none"> эффективному социальному становлению каждого обучающегося; созданию доброжелательной и комфортной атмосферы, в которой каждый ребёнок ощущает себя необходимым и значимым; через использование различных форм массовой воспитательной работы, в которых каждый обучающийся приобретает социальный опыт.
Уровень освоения программы	Базовый
Возраст обучающихся	7-18 лет
Срок реализации программы	8 лет
Формы занятий	Групповые, предусмотрены индивидуальные часы для дополнительных занятий с одаренными детьми
Количество часов в год	1 год обучения – 216 2 год обучения – 216+ (16) 3 год обучения – 216+ (16) 4 год обучения – 252+ (26) 5 год обучения – 252+ (26) 6 год обучения – 252+ (36) 7 год обучения – 252+ (36) 8 год обучения – 252+ (36)
Предполагаемая форма обучения по программе	Очная

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка -----	4
2. Календарный график-----	9
3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН -----	12
1 год обучения -----	12
2 год обучения -----	17
3 год обучения -----	22
4 год обучения -----	28
5 год обучения -----	35
6 год обучения -----	42
7 год обучения -----	50
8 год обучения -----	58
4. Материально – техническое обеспечение -----	66
5. Формы организации учебного занятия - -----	67
6. Методы обучения - -----	70
7. Методы воспитания -----	71
8. Образовательные технологии -----	71
9. Библиографические записи -----	74
10. Литература -----	76

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли дополнительного образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Одним из ценнейших сокровищ самобытной культуры народа, которое отражает его многогранной жизни, является танцевальное искусство. Народный танец имеет традиционные для каждой местности движения, ритмы, костюмы и отражает стихийное проявление чувств, настроения, эмоций. Танцы сопровождаются очень разнообразными мелодиями, значительная часть которых выполняется в народе как самостоятельные инструментальные пьесы.

Танец есть музыкально-пластическое искусство, которое имеет большое значение для всестороннего развития личности. В танцах представлены широкие возможности умственного, эстетического и нравственного воспитания детей, развития их координации движений рук и ног, пластики исполнения, грациозности, гибкости.

Образовательное и воспитательное значение в этом виде искусства многогранно и теоретически обоснованно. Народный танец способствует формированию нравственных представлений в социуме и содействует творческому и всестороннему развитию детей. Занятия народным танцем отличаются большим многообразием форм, которые требуют от обучающихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности в творческих процессах.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость, смелость, а главное, укрепляет здоровье и является профилактикой заболеваний: опорно-двигательной, дыхательной, сердечнососудистой и других систем жизненно важных для развития здорового молодого поколения. Занятия хореографией активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. Отношение к народному танцу, как культурной ценности является определяющей позицией данной Программы. Обучение народному танцу дает возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, расширяет и обогащает исполнительские возможности, совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата.

Систематические занятия народным и современным танцем дают возможность развить у детей восприятие национального своеобразия, манеры, эмоции, характер, душу той или иной народности. Обучающиеся во время занятий овладевают разнообразием и манерой исполнения танцев, расширяют и обогащают свои индивидуальные исполнительские возможности. Во время обучения народным и современным танцам воспитывается корректное поведение, развивается ответственность, трудолюбие, самоконтроль, что является базой для дальнейшего развития творческой жизни обучающихся.

Программа относится к базовому уровню, в ходе её освоения, обучающиеся получают специальные знания и навыки в области классического и народного танца, познакомятся с историей и развитием народной хореографии.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативноправовыми документами:

Федеральный Конституционный Закон от 04.10.2022 г. №5-ФКЗ «О принятии в Российскую Федерацию Донецкой Народной Республики и образовании в составе Российской Федерации нового субъекта – Донецкой Народной Республики.

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.».

Постановление Правительства Российской Федерации от 5.08.2013 г. №662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07 2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О направлении информации» от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.07.2003 г. №28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей».

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ).

Устав Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа-интернат с предоставлением дошкольного образования городского округа Горловка»

Новизна Программы заключается в создании целостной культурноэстетической среды для успешного развития ребенка, внедрении в учебный процесс экскурсов по истории культуры, фольклора, традиций и обычаев русского народа. В индивидуальном подходе к каждому ребенку, в работе с разными уровнями обучения детей, в учете их возрастных особенностей, способствующих успешному личностному самовыражению обучающегося и обеспечении оптимальной физической нагрузки на занятиях по хореографии. Программа знакомит через народный танец с культурой и национальными традициями других народов. В процессе занятий педагог делает небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, темпераменте, хореографической лексике и костюме, формирует представления об общечеловеческой культуре. Программа основана и адаптирована к методике

преподавания на материалах учебных пособий: Г.П. Гусев «Народный танец. Методика преподавания», А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И. Бочаров «Основы характерного танца», Ваганова, А. Я. «Основы классического танца».

В Программе учтены требования к современному дополнительному образованию, основанные на личном педагогическом и практическом опыте работы с обширным контингентом обучающихся; а также учтены познавательная активность, творческие возможности детей.

Данная Программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностного роста и самоопределение обучающихся;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Полученные обучающимися знания в дальнейшем используются в их жизнедеятельности.

Создаются условия организации жизнедеятельности обучающихся:

- приобщение к духовно-нравственным ценностям;
- игровые моменты во время занятий для общения и творческого самовыражения;
- создание дружного творческого коллектива.
- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностного роста и самоопределение обучающихся;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам обучающихся и их родителей (законных представителей): формирует социально-значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает обучающихся к творчеству.

Педагогическая целесообразность программы заключается:

- в обеспечении общего гармонического, психологического, духовного и физического развития ребенка;
- формировании разнообразных умений, способностей и знаний в области современного и народного танца;
- овладении техникой, стилем и манерой исполнения народного и современного танца;
- расширение и обогащение исполнительских возможностей, качеств и навыков;
- приобщении к здоровому образу жизни, укреплении физического и психического здоровья, развитии физической силы, выносливости, сообразительности, уверенности в своих творческих способностях.

Реализация программы основана на следующих принципах:

- принцип объективности, научности (передаваемые знания, умения и навыки обоснованы наукой или педагогическим опытом);

принцип связи теории и практики (постоянная проверка теоретических аспектов на практическом опыте);

принцип последовательности, систематичности. За счёт данного принципа реализуется целостное восприятие всего материала программы, осознанное её освоение;

принцип доступности (постепенное, последовательное движение в процессе обучения от простых элементов к технически сложному хореографическому тексту);

принцип наглядности (стимуляция и активизация всех органов чувств обучающегося в процессе овладения знаниями, умениями и навыками при изучении программы);

принцип прочности усвоения знаний (закрепление полученных знаний, умений и навыков на практике путём повторения изученного материала в процессе проведения последующих занятий, с целью контроля качества исполнения и совершенствования).

Опираясь на рассмотренные выше педагогические принципы, педагог дополнительного образования реализует ряд методических задач:

приобретение навыков постановочной и репетиционной работы;

овладение техникой и манерой исполнения;

анализ теоретических знаний в области истории развития народной хореографии;

формирование навыков самостоятельного творческого мышления в области народной хореографии.

Цель программы – формирование творчески развитой личности средствами хореографии, овладение основами классического и народно - сценического танца, манерой исполнения движений народного танца, обучение технике и приемам ее исполнения, развитие исполнительских возможностей, посредством включения обучающихся в исполнительскую деятельность.

Основные задачи:

Обучающие:

развивать пластическую выразительность, умение слышать музыку и переводить ее на язык танца;

овладение манерой и техникой исполнения (показа) элементов народного и современного танца;

создавать этюды и композиции, позволяющие проявлять выразительность, эмоциональность, артистизм.

Развивающие:

развивать творческие способности обучающихся в процессе овладения хореографическим искусством;

развивать музыкальность посредством приобщения к классической музыке, народной музыке и авангардным музыкальным направлениям;

развивать артистическую смелость и эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям;

развивать стремление к самовыражению;

развивать личностные качества, позволяющие уважать и принимать духовные и культурные ценности разных народов;

развивать и поддерживать обучающихся, проявивших выдающиеся способности.

Воспитательные:

воспитывать философское отношение к движению в целом, что предполагает осмысленное действие в процессе овладения техническими навыками;

воспитывать эстетический вкус и художественное восприятие путем приобщения обучающихся к мировым образцам народной, классической и современной хореографии;

воспитывать бережное отношение к достоянию мировой и отечественной культуры, прививать духовные ценности родного края, следовать народным традициям;

обеспечить самореализацию обучающегося в социуме с помощью искусства хореографии;

обеспечить духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание обучающихся;

сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;

совершенствовать коммуникативную компетентность обучающихся.

Отличительная особенность Программы заключается в использовании народного-стилизованного фольклора и идеи развития творческих способностей детей посредством танца в различных его направлениях, приобщении молодого поколения к ценностям традиционной народной культуры, передачи возможности глубже узнать традиции национальной культуры, осознать, понять и активно участвовать в возрождении национальной культуры; реализовывать себя как личность, любящую свою родину, свой народ и все, что связано с народной культурой: русские народные танцы, в которых дети черпают русские нравы, обычаи и русский дух свободы творчества в русской пляске, обучение технике и приемам их исполнения, развитие исполнительских возможностей.

Адресат программы Программа ориентирована на обучающихся 7-18 лет. В ансамбль принимаются дети, которые проявляют желание заниматься хореографией по письменному заявлению родителей (законных представителей) или обучающихся (старше 14 лет).

С целью предотвращения ухудшения здоровья обучающихся педагог дополнительного образования проверяет наличие документов у детей о медицинском обследовании (не менее одного раза в год).

Календарный учебный график

г о д о б у ч е н и я	Возраст обучающихся	Формы организации учебной деятельности		Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных часов в год	Режим занятий
		Групповые занятия (кол-во учебных часов в неделю)	Работа по индивидуальному учебному плану (кол-во учебных часов в неделю)				
1	от 7 до 9 лет	6	-	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин.
2	от 9 до 10 лет	6	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
3	от 10 до 11 лет	6	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
4	от 11 до 13 лет	7	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
5	от 13 до 15 лет	7	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
6	от 15 до 16 лет	7	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
7	от 16 до 17 лет	7	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин
8	от 17 до 18 лет	7	1	01 сентября	25 мая	216	2 по 45 мин

Планируемые результаты.

Личностные. Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения Программы, а именно:

формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;

формирование уважительного отношения к символам России и Донецкой Народной Республики, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;

формирование познавательной активности и личностной мотивации достижения успеха, что соответствует идеи образовательных стандартов нового поколения;

знание истории хореографического искусства как части наследия России и человечества;

владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма;

владение умением планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

владение умением содержать в порядке сценические костюмы, реквизит, аксессуары и тренировочную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и концертным выступлениям.

владение умением осуществлять поиск информации в области культуры и искусства, в том числе с помощью информационнокоммуникационных технологий, анализировать и применять полученные знания;

владение умениями воплощать хореографический образ в исполняемых партиях, используя необходимую технику исполнения различных жанров танца и хореографических форм;

формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

умение владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом дополнительного образования и сверстниками;

умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;

формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата

***Предметные результаты** изучения хореографии отражают опыт обучающихся в танцевально-творческой деятельности:*

знание правил безопасности при выполнении хореографических упражнений;

знание анатомического строения тела;

знания средств создания образа в хореографии;

знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;

знание приемов правильного дыхания;

знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы;

знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

знания основных этапов развития хореографического искусства;

умения использовать профессиональную терминологию;

умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;

умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;

умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;

умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического (народного) танца и разучивании хореографического произведения;

умение понимать и исполнять указания педагога дополнительного образования;

умения разучивать поручаемые партии под руководством педагога дополнительного образования;

умение распределять движения во времени и пространстве

умение запоминать и воспроизводить текст народных танцев;

умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;

умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;

умения исполнять хореографические произведения на разных сценических площадках.

умение анализировать произведение хореографического искусства с учетом времени его создания, стилистических особенностей, содержательности, взаимодействия различных видов искусств, художественных средств создания хореографических образов;

формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре, получение универсального умения и навыка в области народной хореографии для дальнейшего развития в данном направлении.

1 год обучения УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	4	6	10	Наблюдение педагога
3	Упражнения раг terre (партерная гимнастика)	4	28	32	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	10	40	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	6	34	40	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	4	42	46	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	24	28	Практический показ Наблюдение педагога
8	Экскурсии. Конкурсы, концертные выступления, беседы	2	4	6	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие	-	2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительск их навыков
	Итого:	36	180	216	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение вводного и первичного инструктажей. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в

общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (10 часов)

Теория. Изучение терминологии: вступительная и заключительная части музыкального материала, элементарные ритмические рисунки, сильная доля в музыке, музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.

Практика. Выполнение музыкально-пространственных упражнений: шаги на месте и с продвижением по прямой и по кругу; повороты (направо, налево); маршировка с темпом и ритмом музыкального произведения; фигурная маршировка с перестройками; перестройка в рисунки танца (круг, «звездочка», «квадрат»). Развивающие и подвижные игры на основе музыкального материала. Выделение сильной доли в музыке.

3. Упражнения *rag terre* (партерная гимнастика) (32 часа)

Теория. Изучение терминологии: сустав, группа мышц, брюшной пресс, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, мышцы паха, шаг ног, продольный и поперечный шпагат, круговое движение. Основные понятия и принципы исполнения движений. Основы правильного дыхания при выполнении движений и упражнений. Сведения о построении человеческого тела.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»);

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, броски ног по направлению вперед и в сторону, «березка», «ежик»;

в положении лежа на животе – «лягушка», «самолет», «лодочка», «корзинка», «кораблик»;- в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднимание корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднимание стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у станка и на середине зала:

demi plie, *battement tendu*, положение ноги на *sur le*

cou de pied, *battement tendu jete*, *demi rond de jambre par terre*, *battement frappe*, *passé*, *releve*, *port de bras*, *allegro*, *temps live saute*, *pas couru*. Основной принцип классического

танца. Последовательность движений классического экзерсиса. Основные понятия и принципы исполнения движений. Понятия опорная и рабочая нога. Постановка дыхания при исполнении движений и упражнений.

Этапы проведения занятий.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений- exercise у станка (лицом к станку):

позиции ног – пять основных позиций классического танца: I-я, II-я, III-я позже IV-я

постановка корпуса и работа головы в движениях, положение рук (руки) на станке, demi plie, battement tendu, battement tendu с demi plie, battement tendu jete, положение ноги на sur le cou de pied, demi rond de jambre par terre – полукруг ногой по полу – по I позиции ног и по точкам, подготовительное упражнение к battement frappe - привлечение натянутой стопы рабочей ноги в максимально выворотному положению к голени опорной ноги, над косточкой спереди и сзади с V позиции ног, проходящее положение ноги – passé, releve - по I-й позиции ног.

Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала:

позиции ног – пять основных позиций классического танца: I-я, II-я, III-я позже IV-я и V-я;

позиции рук – три основные позиции рук: I-я, II-я, III-я и подготовительное положение;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я форма;

allegro: прыжок temps live saute– прыжки по I позиции (сначала лицом к станку и, по мере усвоения, исполняются на середине);

танцевальные элементы – поклон, танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы с I-ой позиции ног, мелкий бег- pas cougu.

5. Основы и элементы народно- сценического танца (40 часов)

Теория. Изучение терминологии: народно-сценический танец, характерный танец, фольклорный бытовой танец, стилизация народного танца, Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Апломб в исполнении народного танца, положения тела анфас и профиль.

Практика. Изучение основных элементов и движений народносценического танца на середине зала:

позиции ног: свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, прямые- I-я, II-я, III-я, IVя,V-я, закрытые;

позиции и положения рук, положение кистей рук, подготовительное положение, I, II, III, IV позиция (на талии) и V позиция (скрещенные у груди руки, ладони лежат на предплечьях у локтя), открытые положения рук, положение кистей рук;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, наклоны корпуса вперед, в сторону и назад;

танцевальный шаг, ход на полупальцах, танцевальный бег;

подготовительные упражнения к вращению – повороты по точкам на 90, 180, 360 градусов;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком;

элементы белорусского танца: позиции рук, положения рук, головы, корпуса легкий бег (на полупальцах), шаг с подскоком.

6. Элементы русского танца (46 часов)

Теория. Основные понятия, терминология, знакомство с техникой выполнения

упражнений. Начальные знания по обычаям и праздникам русского народа.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп и тройной притоп;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад, переменный шаг, переменный шаг с притопом;

ковырялочка без подскоков с тройным притопом;

подготовка к дробям (удар всей стопой в пол, удары двумя ногами, двойные и тройные притопы;

хлопки;

хороводный шаг и переступания на полупальцах;

подготовка к присядке (посадка в глубокое приседание), полуприсядки и полные присядки

(«мячик», «гусиный шаг»);

хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши).

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (28 часов)

Теория. Изучение терминологии. Задачи комбинаций и этюда. Правила постановки этюда, их применение при создании композиций. Типичные ошибки исполнения этюда. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста.

Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Творческий имидж коллектива. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (4 часа)

Теория. Правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях. Значение концертов, конкурсов и фестивалей для развития народной хореографии. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России.

9. Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
 технику безопасности во время проведения занятий;
 основные термины и понятия в рамках программы;
 этапы проведения занятий;
 основы правильного дыхания в хореографии;
 технику выполнения движений;
 последовательность выполнения упражнений
 этапы работы над концертным номером;
 правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
 правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом.

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения народного танца;
 грамотно исполнять упражнения раг terre (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
 координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук;
 освоить правила исполнения подготовительных упражнений к простым поворотам и вращениям;
 исполнять хореографические этюды и композиции, соответственно действующего репертуара.

2 год обучения
УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	8	10	Наблюдение педагога
3	Упражнения <i>rag terre</i> (партерная гимнастика)	2	32	34	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	32	34	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	4	34	38	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	2	38	40	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	4	6	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительск их навыков
	Всего:	20	196	216	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (10 часов)

Теория. Изучение терминологии: элементарные ритмические рисунки, сильная доля в музыке, музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Медленные хороводные и быстрые мелодии русского народного танца. Музыкально-танцевальная природа танца.

Практика. Выполнение музыкально-пространственных упражнений: шаги на месте и с продвижением по прямой и по кругу; повороты (направо, налево); маршировка с темпом и ритмом музыкального произведения; фигурная маршировка с перестройками; перестройка в рисунки танца (круг, «звездочка», «квадрат»). Развивающие и подвижные игры на основе музыкального материала. Выделение сильной доли в музыке.

3. Упражнения *par terre* (партерная гимнастика) (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Основные понятия и принципы исполнения движений. Сведения о построении человеческого тела. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, броски ног по направлению вперед и в сторону, «березка», «ежик»;

в положении лежа на животе – «лягушка», «самолет», «лодочка», «корзинка», «кораблик»;- в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у

станка и на середине зала: *releve*, *grand-plie*, *passé par terre*, *rond de jambe par terre*, *battement retire*, *battement releve lent*, *grand battement jete*, *ghangement de pied*, *pas echappe*. Характеристика школ классического танца: французская, русская и итальянская. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность упражнений возле станка. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка. *Exercice I*-е полугодие - лицом к станку, *II*-е полугодие - одной рукой держась за станок:

перевод ног из позиции в позицию через *battement tendu*;

releve по I, II и V позиции ног;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

demi-plie и grand-plie по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад; - battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, затем вперед и назад;

passé par terre;

rond de jambe par terre выполняется из I позиции ног, сначала по точкам, затем слитно;

battement frappe из I и V, позиция ног в сторону в пол;

battement releve lent из I и V, позиции, сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement retire [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади;

grand battement jete из I и V, позиции, сначала в сторону, затем вперед и назад;

port de bras назад, в сторону с работой головы;

подготовительные упражнения к прыжкам: tems saute по I, II и V позициям ног, ghangement de pied, pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V-ю позицию, с переменной ног. Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног, каждый прыжок выполняется отдельно с паузой;

pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V с переменной ног, каждый прыжок выполняется отдельно;

ghangement de pied, каждый прыжок исполняется отдельно с паузой перед каждым движением;

Танцевальные элементы и комбинации:

поклон;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног; - pas couru с работой рук;

port de bras - I-я и II-я форма.

5. Основы и элементы народно- сценического танца (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: народно-сценический танец, характерный танец, фольклорный бытовой танец, стилизация народного танца, Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Понятие arlomb в исполнении танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка I-е полугодие - лицом к станку, II-е полугодие - одной рукой держась за станок:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; прямые I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я; закрытые - I, II; переводы ног из позиции в позицию;

preparation [препарасъон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie;

упражнения на развитие подвижности стопы - battement tendu a) с переходом работающей ноги с носка на каблук; - battement tendu jete; - каблучные упражнения;

подготовка к «веревочке»;

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:
позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, свободные I-я, II-я, III-я IV-я V-я
прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я, закрытые - I, II,

позиции рук подготовительное положение, I, II, III, IV, V, VI и VII, подготовительное положение, открывание и закрывание рук на талию (пояс), положение кистей рук в кулачках, переводы рук из одного положения в другое положение обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой, комбинированные положения рук, открытые положения рук, положение кистей рук;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, наклоны корпуса вперед, в сторону и назад;

танцевальный шаг, ход на полупальцах, танцевальный бег; - подготовительные упражнения к вращению, развитие баланса, повороты по точкам на 90, 180, 360 градусов;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка», «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхиляс», «дорожка», боковая «дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадание по III-й позиции ног;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну.

элементы белорусского танца: положения рук, головы, корпуса легкий бег (на полупальцах), шаг с подскоком, боковой ход с подбивкой, тройной притоп.

6. Элементы русского танца (38 часов)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад, переменный шаг, переменный шаг с притопом;

переменный шаг с каблука;

припадания с продвижением в сторону;

«гармошка», «ёлочка»;

«веревочка» (простая)

«ковырялочка» (без подскоков, с подскоками);

«моталочка»;

«молоточки»

простая дробь, (дробная дорожка);

ковырялочка с подскоком и тройным притопом; - хлопки;

хороводный шаг и переступания на полупальцах;

подготовка к присядке (посадка в глубокое приседание), полуприсядки и полные присядки («мячик», «гусиный шаг»);

хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши).

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (40 часов)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы.

Теория Правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях. Значение концертов, конкурсов и фестивалей для развития народной хореографии. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России.

9. Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

10. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на

сценичность и выразительность. Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
 технику безопасности во время проведения занятий;
 основные термины и понятия в рамках программы;
 этапы проведения занятий;
 основы правильного дыхания в хореографии;
 технику выполнения движений;
 последовательность выполнения упражнений
 этапы работы над концертным номером;
 правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
 правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом;
 стили народного танца;
 праздники и обычаи русского народа;

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения народного танца;
 грамотно исполнять упражнения *rag terre* (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
 координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук; - освоить правила исполнения простых поворотов и вращений;
 исполнять хореографические этюды и композиции соответственно действующего репертуара.

3 год обучения УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	8	10	Наблюдение педагога
3	Упражнения <i>rag terre</i> (партерная гимнастика)	2	28	30	Наблюдение педагога

4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	32	34	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	4	30	34	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	2	46	48	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	4	6	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительск их навыков
	Всего:	20	196	216	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (10 часов)

Теория. Изучение терминологии: *adajio*, *allegro*, сильная доля в музыке, такт, ритм, фраза, предложение, музыкальный размер. Определение характера музыкального произведения. Медленные хороводные и быстрые мелодии русского народного танца. Музыкально-танцевальная природа танца. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения.

Практика. Выполнение музыкально-пространственных упражнений: шаги на месте и с продвижением по прямой и по кругу; повороты (направо, налево); маршировка с темпом и ритмом музыкального произведения; хлопки с темпом и ритмом музыкального произведения, фигурная маршировка с перестройками; перестройка в рисунки танца (круг, «звездочка», «квадрат»). Развивающие и подвижные игры на основе музыкального материала. Выделение сильной доли в музыке. Определение музыкального размера.

3. Упражнения *par terre* (партерная гимнастика) (30 часов)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Принципы и правила исполнения движений стрэтч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, броски ног по направлению вперед и в сторону, «березка», «ежик»;

в положении лежа на животе – «лягушка», «самолет», «лодочка», «корзинка», «кораблик»; - в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы;

в различных положениях движения стрэтч-характера.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у станка и на середине зала: *passé par terre*, *rond de jambe par terre an deor* и *an dedan*, *battement retire*, *battement releve lent*, *developpe*, *grand battement jete*, *ghangement de pied*, *pas echappe*, положения *en face* и *profil*, *allegro*. Характеристика школ классического танца: французская, русская и итальянская. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность упражнений возле станка. Система построения занятия. Опорнодвигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка.

Exercice держась одной рукой за станок:

перевод ног из позиции в позицию через *battement tendu*; - *releve* по I, II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок);

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

demi-plie и *grand-plie* по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад; - *battement tendu jete* из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

passé par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan; - port de bras назад, в сторону с работой головы;

battement fondu в сторону - (I-ое полугодие - лицом к станку в пол, на

25 и 45 градусов, II-ое полугодие - одной рукой за станок на 25 и 45 градусов);

battement frappe с V позиции ног крестом (I-ое полугодие - лицом к станку, II-ое полугодие - одной рукой за станок); - battement releve lent с V, позиции, крестом;

battement retire [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади;

develope (I-ое полугодие - подготовительная форма лицом к станку в сторону и назад, спиной к станку исполнение вперед, II-ое полугодие - одной рукой за станок сначала исполнение в сторону, позже вперед и назад);

grand battement jete с V позиции, крестом;

подготовительные упражнения к прыжкам. Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног, каждый прыжок выполняется отдельно с паузой;

pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V с переменной ног, каждый прыжок выполняется отдельно;

ghangement de pied, каждый прыжок исполняется отдельно с паузой движением

Танцевальные элементы и комбинации:

поклон; положения en face и profil по отношению к 1 точке хореографического зала;

releve по I, II и V позиции ног;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног; - pas sougu с работой рук;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса I-я, II-я и III-я форма.

5. Основы и элементы народно-сценического танца (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: характерный rond de jambe, rond de pied par terre. Народно-сценический танец, характерный танец, фольклорный бытовой танец. Стилизация народного танца. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Понятие aplomb в исполнении танца. Положение анфас и профиль.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка I-е полугодие - лицом к станку, II-е полугодие - одной рукой держась за станок:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я; закрытые - I, II; переводы ног из позиции в позицию;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie;

упражнения на развитие подвижности стопы - *battement tendu* а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук; маленькие броски- *battement tendu jete*;

каблучные упражнения;

подготовка к характерному *rond de jambe* и *rond de pied par terre* (круговращение стопы на полу) - I полугодие, характерный *rond de jambe* упражнение *rond d'pied par terre* - II полугодие;

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я, закрытые - I, II,

позиции рук подготовительное положение, I, II, III, IV, V, VI и VII, подготовительное положение, открывание и закрывание рук на талию (пояс), положение кистей рук в кулачках, переводы рук из одного положения в другое положение обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой, комбинированные положения рук, открытые положения рук, положение кистей рук;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, наклоны корпуса вперед, в сторону и назад;

танцевальный шаг, ход на полупальцах, танцевальный бег; - подготовительные упражнения к вращению, развитие баланса, повороты по точкам на 90, 180, 360 градусов;

подготовительные упражнения к вращению с продвижением, повороты с шагами и работой головы и рук.

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка» простая, «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхилас», «дорожка», боковая «дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадание по III-й позиции ног;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу),

боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком;

бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: положения рук, головы, корпуса легкий бег (на полупальцах), шаг с подскоком, боковой ход с подбивкой, тройной притоп.

6. Элементы русского танца (34 часов)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;

позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад;

с притопом с продвижением вперед и назад, переменный шаг, переменный шаг с притопом;-
 переменный шаг с каблука;
 припадания с продвижением в сторону;
 «гармошка», «ёлочка»;
 «веревочка» (простая);
 «ковырялочка» (без подскоков, с подскоками);
 «моталочка»;
 «молоточки»;
 простая дробь, (дробная дорожка);
 ковырялочка с подскоком и тройным притопом;
 хлопки;
 хороводный шаг и переступания на полупальцах;
 подготовка к присядке (посадка в глубокое приседание), полуприсядки и полные присядки
 («мячик», «гусиный шаг»);
 хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши).

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (48 часа)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Составление танцевальной фразы. Использование определенного рисунка движения, различных ракурсов. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (6 ч.)

Теория. Правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях. Значение концертов, конкурсов и фестивалей для развития народной хореографии. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России.

9. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность.

Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
технику безопасности во время проведения занятий;
этапы проведения занятий;
основы правильного дыхания в хореографии;
технику выполнения движений;
последовательность выполнения упражнений
этапы работы над концертным номером;
правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом;
стили народного танца;
праздники и обычаи русского народа;

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения народного танца;
грамотно исполнять упражнения *rag terre* (партерной гимнастики);
грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук;
освоить правила исполнения простых поворотов и вращений;
освоить комбинации;
исполнять хореографические этюды и композиции соответственно действующего репертуара.

4 год обучения УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	8	10	Наблюдение педагога

3	Упражнения rag terre (партерная гимнастика)	2	28	30	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	32	34	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	4	30	34	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	80	84	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	4	6	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков
	Всего:	22	230	252	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (10 часов)

Теория. Изучение терминологии: *adagio*, *allegro*, сильная доля в музыке, такт, затакт, ритм, музыкальный размер, музыкальная фраза, предложение, синкопа. Определение характера музыкального произведения. Хоровод и русская народная пляска. Музыкально-танцевальная природа танца. Просушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения.

Практика. Выполнение музыкально-пространственных упражнений: шаги на месте и с продвижением по прямой и по кругу; повороты (направо, налево); маршировка с темпом и ритмом музыкального произведения; хлопки с темпом и ритмом музыкального произведения, фигурная маршировка с перестройками; перестройка в рисунки танца (круг, «звездочка», «квадрат»).

Исполнение комбинаций движений на заданное музыкальное сопровождение. Развивающие и подвижные игры на основе музыкального материала. Выделение сильной доли в музыке. Определение музыкального размера и характера музыкального произведения.

3. Упражнения *rag terre* (партерная гимнастика) (30 часов)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Принципы и правила исполнения движений стрэтч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»);

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, броски ног по направлению вперед и в сторону, «березка», «ежик»;

в положении лежа на животе – «лягушка», «самолет», «лодочка», «корзинка», «кораблик»;

в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы;

в различных положениях движения стрэтч-характера;

акробатические элементы: кувырки и перевороты на полу.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у станка и на середине зала: *battement tendu jete pointe, an deor и an dedan, battement retire, developpe*, положение *epaulement*, позы *en face, croise и efface, tems lie par terre, adagio, allegro*, маленькие и большие положения рук, *pas assemble*. Характеристика школ классического танца: французская, русская и итальянская. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность упражнений возле станка. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка.

Exercice - одной рукой за станок:

перевод ног из позиции в позицию через *battement tendu*;

releve по I, II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок); - *preparation* [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

demi-plie и *grand-plie* по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад; - battement soutenu - из V позиции в пол, сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

battement tendu jete pointe;

passé par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan;

port de bras назад, в сторону с работой головы и рук;

battement fondu (I полугодие на 25 градусов вперед и назад, на 45 градусов в сторону, II полугодие на 45 градусов крестом); - battement frappe с V позиции ног крестом;

battement releve lent с V позиции вперед, в сторону и назад;

battement retire [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади; - developpe с V позиции в сторону, вперед и назад;

grand battement jete с V позиции, в сторону, вперед и назад;

подготовительные упражнения к прыжку pas assemble; Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног, каждый прыжок выполняется отдельно с паузой;

pas echappe из V позиции во II, из II позиции в V с переменной ног;

прыжок pas assemble в сторону;

ghangement de pied (темп исполнения ускоряется).

Танцевальные элементы и комбинации:

положение epaulement;

позы croise, efface;

tems lie par terre (с маленькими положениями рук) - releve по I, II, IV и V позиции ног;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног;

pas couru с работой рук и головы;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я и II и III-я форма;

5. Основы и элементы народно- сценического танца (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: народно-сценический танец, характерный танец, фольклорный бытовой танец, стилизация народного танца, pas tortilla. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Понятие arlomb в исполнении танца. Правила дыхания в исполнении технических элементов народного танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического

танца у станка - одной рукой держась за станок:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; прямые- I

я,

II-я, III-я, IV-я, V-я; закрытые - I, II; переводы ног из позиции в позицию;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - *demi plie* и *grand plie* в I, II и III позициях (плавное и отрывистое);

упражнения на развитие подвижности стопы - *battement tendu* а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук, в) с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

маленькие броски- *battement tendu jete* с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

каблучные упражнения;

характерный *rond de jambe* и *rond de pied par terre* (круговращение стопы на полу);

подготовка к «веревочке» на целой стопе с полуприседанием в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

pas tortille (повороты стоп одинарные и с ударом стопы);- *battement developpe* (мягкое раскрытие ноги на 90 градусов);

grand battement jete на целой стопе;

подготовительные движения к полуприсядкам и присядкам для мальчиков: а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух; б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук.

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я, закрытые - I, II,

позиции рук подготовительное положение, I, II, III, IV, V, VI и VII, подготовительное положение, открывание и закрывание рук на талию (пояс), положение кистей рук в кулачках, переводы рук из одного положения в другое положение обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой, комбинированные положения рук, открытые положения рук, положение кистей рук;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, наклоны корпуса вперед, в сторону и назад;

танцевальный шаг, ход на полупальцах, танцевальный бег на полупальцах: а) с продвижением вперед и назад, б) с выносом прямых ног над полом вперед и отбрасыванием назад, в) с подъемом ноги коленом наверх;

галоп прямой и боковой;

прыжки с вытянутыми ногами и поджатыми, а) из 6 позиции во 2-ю параллельную и из 6-ой в 4-ю позицию, б) с разножкой, в) поджаты по 6,2 позициям;

подготовительные упражнения к вращению, развитие баланса, повороты по точкам на 90, 180, 360 градусов;

вращения: а) вращения на полупальцах мелкими шагами (удержание точки), б) на 90 градусов и 180 градусов на припаданиях;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка», «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхиляс», «дорожка», боковая «дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадание по III-й позиции ног;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: основные положения рук в белорусском танце, положения рук в паре, положения головы и корпуса, притопы: одинарный, двойной и тройной притоп; синкопированные притопы, шаги: основной ход; шаги на полупальцах; боковой приставной шаг; припадание; простые шаги с носка; переменный шаг с носка, переступания: ритмично ровные переступания; тройные переступания; переступания с притопом, связующие движения: одинарный, двойной, тройной притоп, синкопированные притопы, подскоки, перескоки, повороты, вращения, соскоки, бег.

6.Элементы русского танца (34 часа)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. История возникновения и эволюции танца. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад;

переменные шаги: ровные с продвижением вперед и назад; с притопом (ровными шагами) с продвижением вперед и назад; на ребро каблука с подбивкой (с продвижением вперед (муж); на ребро каблука с подбивкой (с подскоком) (муж); на ребро каблука с подбивкой (с приседанием) (муж);

припадания по VI и III позиции ног на месте и с продвижением в сторону;

«гармошка», «ёлочка»;

«веревочка» простая, синкопическая;

«ковырялочка» (без подскоков, с подскоками);

«моталочка»;

«моталочка» в сочетании с «молоточками» и притопом;

дробная дорожка, дробь с подскоком, смешанная комбинированная;

ковырялочка с подскоком и тройным притопом; - хлопки;

хороводный шаг и переступания на полупальцах;

полуприсядки и полные присядки: с выбросом ноги вперед, с продвижением в сторону;

«закладка»;

хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши);

вращения: на подскоках, «бегунок».

7.Этюдная, постановочная и репетиционная работа (84 часа)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Составление танцевальной фразы. Использование определенного рисунка движения, различных ракурсов. Отработка хореографической техники номера, синхронности исполнения движений в танце, образности в танце, характера и точности исполнения. Общие репетиции групп ансамбля, когда идет постановка хореографического номера или прогон концерта. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (96 часов)

Правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях. Значение концертов, конкурсов и фестивалей для развития народной хореографии. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и или виртуальные туры по музеям России. Посещение концертов Государственных коллективов, детских и взрослых народных и фольклорных ансамблей, мастер-классов.

9.Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность. Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

- основные термины и понятия в рамках Программы;
- этапы проведения занятий;
- основы правильного дыхания в хореографии;

технику выполнения движений;
 этапы работы над концертным номером;
 стили народного танца;
 праздники и обычаи русского народа.

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения народного танца;
 грамотно исполнять упражнения раг terre (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца.

5 год обучения
УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	4	6	Наблюдение педагога
3	Упражнения раг terre (партерная гимнастика)	2	18	20	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	32	34	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	4	40	44	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	80	84	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	8	10	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительск их навыков
	Всего:	22	230	252	

10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога
----	-----------------------	---	----	----	---------------------

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (6 часов)

Теория. Изучение терминологии: вступление к танцу, *adagio*, *allegro*, сильная доля в музыке, такт, затакт, ритм, музыкальный размер, музыкальная фраза, предложение, синкопа. Вступление к танцу. Определение характера музыкального произведения. Просушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения.

Практика. Исполнение комбинаций движений на заданное музыкальное сопровождение. Развивающие и подвижные игры на основе музыкального материала. Выделение сильной доли в музыке. Определение музыкального размера и характера музыкального произведения.

3. Упражнения *rag terre* (партерная гимнастика) (20 часов)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Принципы и правила исполнения движений стретч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, броски ног по направлению вперед и в сторону, «березка», «ежик»;

в положении лежа на животе – «лягушка», «самолет», «лодочка», «корзинка», «кораблик»;

в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка, « паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы; - в различных положениях упражнения стретч-характера;

акробатические элементы: кувырки и перевороты на полу(50ч.)

4. Элементы классического танца

Характеристика школ классического танца: французская, русская и итальянская. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца.

Последовательность упражнений возле станка. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка. Exercise одной рукой за станок:

перевод ног из позиции в позицию через battement tendu;

releve по I, II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок);

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

demi-plie и grand-plie по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад;

battement soutenu - из V позиции в пол, сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

battement tendu jete pointe;

passé par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan;

port de bras назад, в сторону с работой головы и рук;

battement fondu (I полугодие на 25 градусов вперед и назад, на 45 градусов в сторону, II полугодие на 45 градусов крестом); - battement frappe крестом;

battement releve lent вперед, в сторону и назад;

battement retire[батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe впереди в V позицию сзади; - developpe с V позиции в сторону, вперед и назад;

grand battement jete с V позиции, в сторону, вперед и назад;

подготовительные упражнения к прыжку pas assemble; Выполнение упражнений и комбинаций

на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног, каждый прыжок выполняется отдельно с паузой;

pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V с переменной ног;

прыжок pas assemble в сторону, вперед и назад;

ghangement de pied (темп исполнения ускоряется). Танцевальные элементы и комбинации:

поклон;

положение epaulement; - позы croise, efface;

tems lie par terre (с маленькими положениями рук)

releve по I, II, IV и V позиции ног;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног;

pas sougu с работой рук и головы;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я и II и III-я форма;

5. Основы и элементы народно- сценического танца (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: pas tortilla, Народно-сценический танец, характерный танец, фольклорный бытовой танец. Стилизация народного танца. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Понятие arlomb в исполнении танца. Правила дыхания в исполнении технических элементов народного танца. Стилизация народного танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка - одной рукой держась за станок:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я; прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я; закрытые - I, II; переводы ног из позиции в позицию;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie в I, II, III и VI позициях (плавное и отрывистое);

упражнения на развитие подвижности стопы battement tendu: а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук, в) с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

маленькие броски- battement tendu jete с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

каблучные упражнения;

характерный rond de jambe и rond de pied par terre (круговращение стопы на полу);

подготовка к «веревочке» на целой стопе с полуприседанием в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

pas tortille (повороты стоп одинарные и с ударом стопы);- battement developpe (мягкое раскрытие ноги на 90 градусов - grand battement jete на целой стопе;

подготовительные движения к полуприсядкам и присядкам для мальчиков: а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух, б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук.

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

позиции ног: открытые I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, свободные I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, прямые- I-я, II-я, III-я, IV-я, V-я, закрытые - I, II, позиции рук подготовительное положение, I, II, III, IV, V, VI и VII, подготовительное положение, открывание и закрывание рук на талию (пояс), положение кистей рук в кулачках, переводы рук из одного положения в другое положение

обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой, комбинированные положения рук, открытые положения рук, положение кистей рук;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, упражнения для пластичности корпуса (перегибы корпуса, наклоны, повороты), упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев;

шаги и проходки: а) простой и бытовой, б) шаг с вытянутым подъемом стопы с, в) на полупальцах, г) с каблука, д) сценический и переменный ход вперед и назад, е) варьирование переменного шага с ударом всей стопой, каблуком, мазком, ё) с мазком всей стопой и каблуком, ж) с выносом через 1 позицию ноги на каблук вперед; - боковые ходы: а) по 6, 1 позициям: на вытянутых ногах, на полуприседании, с добавлением полуприседания в момент приставления рабочей ноги в исходную позицию, б) приставной шаг на каблук по 3 позиции;

дробные выстукивания одинарные и по очереди всей стопой, подушечкой, каблуком;

танцевальный бег на полупальцах: а) с продвижением вперед и назад, б) с выносом прямых ног над полом вперед и отбрасыванием назад, в) с подъемом ноги коленом наверх;

галоп прямой и боковой;

прыжки с поджатыми ногами и поворотом на 90 и 180 градусов;

вращение по 6-й позиции на 360 градусов на двух ногах;

вращение подскоками подряд по диагонали зала;

вращения на полупальцах мелкими шагами (удержание точки);

вращение на 90 градусов и на 180 градусов на припаданиях;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка» простая, «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхиляс», «дорожка», боковая «дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадание по III-й позиции ног;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: основные положения рук в белорусском танце, положения рук в паре, положения головы и корпуса; притопы : одинарный, двойной и тройной притоп, синкопированные притопы; шаги: основной ход, шаги на полупальцах, боковой приставной шаг, простые шаги с носка, переменный шаг с вытянутым подъемом стопы; переступания: ритмично ровные переступания, тройные переступания, переступания с притопом; связующие движения: припадание, подскоки, перескоки, повороты, вращения, соскоки, бег.

6. Элементы русского танца (44 часа)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. История возникновения и эволюции танца. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа. Русская народная импровизационная пляска: одиночная, парная и массовая, перепляс.

Русский танец кадрили.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;

позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп; перетопы;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад;

переменные шаги: ровные с продвижением вперед и назад; с притопом (ровными шагами) с продвижением вперед и назад; на ребро каблука с подбивкой (с продвижением вперед (муж); на ребро каблука с подбивкой (с подскоком) (муж); на ребро каблука с подбивкой (с приседанием) (муж);

припадания по VI и III позиции ног на месте и с продвижением в сторону;

«гармошка», «ёлочка»;

«веревочка» простая, синкопическая;

«ковырялочка» (без подскоков, с подскоками);

«моталочка»;

«молоточки»;

«моталочка» в сочетании с «молоточками» и притопом;

дробная дорожка, дробь с подскоком, ключ одинарный;

дробь смешанная комбинированная;

ковырялочка с подскоком и тройным притопом; - хлопки;

хороводный шаг и переступания на полупальцах;

присядки: с выбросом ноги вперед, с продвижением в сторону, присядка-разножка;

«закладка»;

хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши);

вращения: на подскоках, по диагонали «бегунок», на 180 градусов на припаданиях, моталочке;

подготовительные упражнения к «блинчикам» и «самоварчику».

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (84 часа)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Составление танцевальной фразы. Использование определенного рисунка движения, различных ракурсов. Отработка хореографической техники номера, синхронности исполнения движений в танце, образности в танце, характера и точности исполнения. Общие репетиции групп ансамбля, когда идет постановка хореографического номера или прогон концерта. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (10 часов)

Теория. Национальные костюмы. Правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях. Значение концертов, конкурсов и фестивалей для развития народной хореографии. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России. Посещение концертов Государственных коллективов, детских и взрослых народных и фольклорных ансамблей, мастер-классов.

9. Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

10. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива.

Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность.

Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива;

распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца; - понимать и исполнять указания преподавателя;

освоить комбинации;

исполнять хореографические этюды танцы и композиции соответственно действующего репертуара.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;

технику безопасности во время проведения занятий;

этапы проведения занятий;

основы правильного дыхания в хореографии;

элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
 особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
 технику выполнения движений;
 последовательность выполнения упражнений;
 этапы работы над концертным номером;
 правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
 правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом;

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения народного танца;
 грамотно исполнять упражнения *rag terre* (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
 координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук; освоить правила исполнения поворотов и вращений.

6 год обучения
УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	4	6	Наблюдение педагога
3	Гимнастика <i>rag terre</i> . Упражнения стрэтч-характера. Акробатика.	2	18	20	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	32	34	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	2	42	44	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	80	84	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	8	10	Наблюдение педагога Опрос

9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков
	Всего:	20	232	252	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (6 часов)

Теория. Изучение терминологии: *adajio*, *vivo*, *lento*, *lirgo*, *andante*, *allegro*, сильная доля в музыке, такт, затакт, ритм, музыкальный размер, музыкальная фраза, предложение, синкопа. Вступительные аккорды и заключительные аккорды. Медленные хороводные и быстрые мелодии русского и белорусского танцев.

Практика. Импровизационные комбинации на основе заданного музыкального материала. Определение музыкального размера и характера музыкального произведения. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения.

3. Гимнастика *rag terre*. Упражнения стрэтч-характера.

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голеностоп, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Принципы и правила исполнения движений стрэтч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении,

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног («бабочка», «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, движение «солнышко»;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный;

в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка, « паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы;

в различных положениях упражнения стретч-характера;

акробатические элементы: кувырки и перевороты на полу, падения на пол с прыжком, опускание на колено с прыжка.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. adagio, pas de'gage, grand battement jete pointe, sissones, an deor и an dedan, положение epaulement, позы en face и epanlement, croise'e, efface'e, tems lie par terre, arabesques, pas balance, маленькие и большие положения рук.

Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность элементов экзерсиса возле станка. Изучение правила исполнения элементов экзерсиса, прыжков, классических движений на середине зала, больших поз.

Практика. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка- Exercise - одной рукой держась за станок:

releve по I,II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок);

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

demi-plie и grand-plie по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад; - battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

battement tendu jete pointe;

passé par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan, rond de jambre par terre на demi plie en dehors, en dedans;

port de bras назад, в сторону с работой головы и рук;

battement soutenu - на 25 и 45 градусов сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement fondu на 45 градусов крестом и в позах epanlement croise'e, efface'e (маленькие позы)

battement frappe в позах epanlement croise'e, efface'e; doublee battement frappe (маленькие позы);

battement releve lent вперед, в сторону и назад;

battement retire[батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади;

develope крестом, использование поз epanlement croise'e, efface'e

(маленькие и большие положения рук);

grand battement jete, grand battement jete pointe крестом;

подготовительные упражнения к прыжку sissonne; Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног, каждый прыжок выполняется отдельно с паузой;
 pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V с переменной ног;
 прыжок pas assemble в сторону, вперед и назад;
 ghangement de pied;
 sissonne;

Танцевальные элементы и комбинации:

поклон;
 temps lie через pas de'gage (с маленькими положениями рук);
 позы в положении epaulement croise'e, efface'e, ecartet (маленькие и

большие положения рук);

arabesques I, II, III, IV;
 releve по I, II, IV и V позиции ног;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног;

pas sougu с работой рук и головы;

pas balance;

pas de bourree;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я и II-я, III-я и IV-я форма.

5. Основы и элементы народно- сценического танца (34 часа)

Теория. Изучение терминологии: pas tortilla, flic-flac, port de bras рук в народном характере. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Стилизация народного танца. Раскрытие характерных черт воплощаемого образа, посредством движений народного танца. Связь выразительного исполнения учебно-тренировочных упражнений с выразительностью исполнения танцевальных движений в композициях репертуара. Правила исполнения технических элементов и вращений народного танца. Правила дыхания в исполнении технических элементов народного танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка - одной рукой держась за станок: - preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie в I, II и III, VI позициях (плавное и отрывистое);

упражнения на развитие подвижности стопы battement tendu: а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук, в) с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

маленькие броски- battement tendu jete с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

каблучные упражнения;

характерный *rond de jambe* и *rond de pied par terre* (круговращение стопы на полу), круговращение и поворот стопы опорной ноги;

подготовка к «веревочке» а) на целой стопе с полуприседанием в момент возвращения рабочей ноги в позицию, б) с полуприседанием в момент подъема рабочей ноги до уровня колена;

упражнение для бедра, на целой стопе;

pas tortille (повороты стоп одинарные и с ударом стопы);

подготовительное упражнение к *flic-flac* (проучивание из VI и V позиций);

developpe (мягкое раскрывание ноги на 90 градусов с добавлением полуприседания в момент раскрытия ноги);

grand battement jete на целой стопе: а) с добавлением полуприседания в момент броска, б) с добавлением полуприседания в момент возвращения ноги в исходную позицию;

полуприсядки и присядки для мальчиков: а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух, б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук. Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

port de bras рук в народном характере;

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, упражнения для пластичности корпуса (перегибы корпуса, наклоны, повороты), упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев;

шаги и проходки: а) простой и бытовой, б) шаг с вытянутого подъема стопы, в) на полупальцах, г) с каблука, д) сценический и переменный ход вперед и назад, е) варьирование переменного шага с ударом всей стопой, каблуком, мазком, ё) с мазком всей стопой и каблуком, ж) с выносом через I позицию ноги на каблук вперед;

боковые ходы: а) по I прямой и III позициям: на вытянутых ногах, на полуприседании, с добавлением полуприседания в момент приставления рабочей ноги в исходную позицию, б) приставной шаг на каблук по III позиции

дробные выстукивания одинарные и по очереди всей стопой, подушечкой, каблуком;

танцевальный бег на полупальцах: а) с продвижением вперед и назад, б) с выносом прямых ног над полом вперед и отбрасыванием назад, в) с подъемом ноги коленом наверх; - галоп прямой и боковой;

прыжки с поджатыми ногами и поворотом на 180 градусов;

вращение по VI-й позиции на 360 градусов на двух ногах;

вращение подскоками подряд по диагонали зала;

вращения на полупальцах мелкими шагами (удержание точки);

вращение на 90 градусов и на 180 градусов на припаданиях;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка» простая, «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхиляс», «дорожка», боковая

«дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадание по III-й позиции ног, «голубец» - одинарный в прыжке, «тынок», подготовка к вращению «обертас»;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: основные положения рук в белорусском танце, положения рук в паре, положения головы и корпуса, притопы: одинарный, двойной и тройной притоп; синкопированные притопы, шаги: основной ход; шаги на полупальцах; боковой приставной шаг; припадание; простые шаги с носка; переменный шаг с носка, переступания: ритмично ровные переступания; тройные переступания; переступания с притопом, связующие движения: одинарный, двойной, тройной притоп, синкопированные притопы, подскоки, перескоки, повороты, вращения, соскоки, бег.

6. Элементы русского танца (44 часа)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. История возникновения и эволюции танца. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа. Выразительность танца – одна из основ и важнейших достижений русского хореографического искусства. Стилизация русского фольклорного танца.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп; перетопы;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад;

переменные шаги: ровные с продвижением вперед и назад; с притопом (ровными шагами) с продвижением вперед и назад; на ребро каблука с подбивкой (с продвижением вперед (муж); на ребро каблука с подбивкой (с подскоком) (муж); на ребро каблука с подбивкой (с приседанием) (муж);

припадания: а) по I прямой позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону,

б) по III позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону и в повороте;

«гармошка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент соединения носков, в момент соединения пяток;

«ёлочка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент поворота носков, в момент поворота пяток;

«веревочка» простая, синкопическая, двойная, с переступанием;

«ковырлячка» (без подскоков, с подскоками, без притопа и с притопом);

«моталочка» и «моталочка» поперечная (маятник); - «молоточки»;

«моталочка» в сочетании с «молоточками» и притопом;

дробная дорожка, дробь с подскоком, ключ одинарный;
 дробь смешанная комбинированная;
 ковырялочка с подскоком и тройным притопом; - хлопки;
 хороводный шаг и переступания на полупальцах;
 присядки: с выбросом ноги вперед, с продвижением в сторону, присядка-разножка;
 «закладка»;
 хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши)
 вращения: на подскоках, «бегунок» (бег с поджатыми ногами) по диагонали и кругу, на 180 градусов на припаданиях, моталочке;
 «блинчики» по диагонали; - «самоварчик» (вращение на месте); - подготовка к русскому «обертасу».

7.Этюдная, постановочная и репетиционная работа (84 часа)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Общие репетиции групп ансамбля в постановке хореографического номера или прогона концерта. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (10 ч.)

Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России. Посещение концертов Государственных коллективов, детских и взрослых народных и фольклорных ансамблей, мастер-классов.

9. Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

10. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность. Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
 технику безопасности во время проведения занятий;
 сведения о построении человеческого тела;
 правила гигиены танцора;
 основные термины и понятия в рамках Программы;
 этапы проведения занятий;
 основы правильного дыхания в хореографии;
 элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
 особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
 технику выполнения движений;
 последовательность выполнения упражнений;
 этапы работы над концертным номером;
 правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
 правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом;
 определение стилизации народного танца, стилизации русского фольклорного танца;
 виды русского народного танца;
 праздники, традиции и обычаи русского народа;

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения и упражнения народно сценического танца;
 грамотно исполнять упражнения раг terre (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
 координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук;
 освоить правила исполнения поворотов и вращений;

распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца;

понимать и исполнять указания педагога;

освоить комбинации;

исполнять хореографические этюды, танцы и композиции соответственно действующего репертуара.

7 год обучения УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	4	6	Наблюдение педагога
3	Гимнастика <i>rag terre</i> . Упражнения стрэгч-характера. Акробатика.	2	14	16	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	4	46	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	36	38	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	2	42	44	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	80	84	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	8	10	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительск их навыков
	Всего:	20	232	252	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (6 часов)

Теория. Изучение терминологии: legato и staccato, adajio, vivo, lento, lirgo, andante, allegro, сильная доля в музыке, такт, затакт, ритм, музыкальный размер, музыкальная фраза, предложение, синкопа. Характерные особенности музыкального фольклора народов мира. Русский музыкальный и танцевальный фольклор. Традиционная русская обрядовая песня и хоровод.

Практика. Определение музыкального размера и характера музыкального произведения. Просушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения. Импровизационные комбинации на основе заданного музыкального материала.

3. Гимнастика *rag terre*. Упражнения стрэтч-характера.

Акробатика.(16 часов)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голень, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Эффективность развития групп мышц и суставов в выполнении комплекса гимнастических упражнений. Принципы и правила исполнения движений стрэтч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног - «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, круговые движения для растяжки шага ног;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, «березка» и «заноски» в положении «березка» с вытянутыми и сокращенными стопами;

в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы;

в различных положениях упражнения стрэтч-характера;

акробатические элементы: кувырки и перевороты на полу, падения на пол с прыжком, опускание на колено с прыжка.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у станка и на середине зала: adagio, pas de'gage, grand battement jete pointe, grand battement jete balancoir, sissones, an deor и an dedan, положение epaulement, позы en face и efface, tems lie par terre, arabesques, pas balance, tour chaines; маленькие и большие положения рук и т. д. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность элементов экзерсиса возле станка. Изучение правила исполнения элементов экзерсиса, прыжков, классических движений на середине зала, больших поз. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка Exercise :

releve по I, II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок);

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

demi-plie и grand-plie по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад; - battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

battement tendu jete pointe;

passé par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan, rond de jambre par terre на demi plie en dehors, en dedans;

port de bras назад, в сторону с работой головы и рук;

battement soutenu - на 45 градусов сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement fondu на 45 градусов крестом;

battement frappe в позах epanlement croise'e, efface'e; doublee battement frappe;

battement releve lent вперед, в сторону и назад;

battement retire[батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади;

develope крестом, использование поз epanlement croise'e, efface'e (маленьких и больших);

grand battement jete, grand battement jete pointe крестом; grand battement jete balancoir

подготовительные упражнения к прыжкам pas gete, glissade, sissonne

simple, sisson ouverte, sissonne fermee;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом pirouette en dehors или en dedans;

подготовительные упражнения к pirouette en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied. Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног;

pas echarpe из V позиции во II, из II позиции в V и IV позицию с переменной ног;

прыжок pas assemble вперед, в сторону, назад;

pas gete;

glissade;
 ghangement de pied (маленькие и большие);
 sissonne;
 sissonne simple;
 sisson ouverte в сторону;
 sissonne fermee в сторону.

Танцевальные элементы и комбинации:

поклон;
 temps lie через pas de'gage (с маленькими и большими положениями рук);
 позы в положении epaulement croise'e, efface'e, ecartet (маленькие и большие);
 arabesques I, II, III, IV;
 releve по I, II, IV и V позиции ног;
 preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом pirouette en dehors или en dedans;
 подготовительные упражнения к pirouette en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied;
 танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног;
 pas couru с работой рук и головы;
 pas balance;
 pas de bourree;
 port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я и II-я, III-я, IV-я V форма;
 tour chaines – подготовительная форма.

5. Основы и элементы народно- сценического танца (38 часов)

Теория. Изучение терминологии: legato и staccato, pas tortilla, flic-flac, port de bras рук в народном характере. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Раскрытие характерных черт воплощаемого образа, посредством движений народного танца. Связь выразительного исполнения учебно-тренировочных упражнений с выразительностью исполнения танцевальных движений в композициях репертуара. Правила исполнения технических элементов и вращений народного танца. Правила дыхания в исполнении технических элементов народного танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка - одной рукой держась за станок: - preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie в I, II и III, VI позициях (плавное и отрывистое);

упражнения на развитие подвижности стопы - battement tendu а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук, в) с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

маленькие броски- battement tendu jete с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

каблучные упражнения;

характерный *rond de jambe* и *rond de pied par terre* (круговращение стопы на полу), круговращение и поворот стопы опорной ноги;

подготовка к «веревочке» а) на целой стопе с полуприседанием в момент возвращения рабочей ноги в позицию, б) с полуприседанием в момент подъема рабочей ноги до уровня колена;

упражнение для бедра, на целой стопе;

pas tortille (повороты стоп одинарные и с ударом стопы);

flic-flac (проучивание из VI и V позиций);

дробные выстукивания по I прямой позиции;

developpe с подъемом и ударом опорной пятки (*legato* и *staccato*);

grand battement jete на целой стопе: а) с добавлением полуприседания в момент броска, б) с добавлением полуприседания в момент возвращения ноги в исходную позицию и подъемом пятки опорной ноги, с работой корпуса и головы;

полуприсядки и присядки для мальчиков: а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух, б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук.

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, упражнения для пластичности корпуса (перегибы корпуса, наклоны, повороты), упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев; - *port de bras* рук в народном характере;

шаги и проходки: а) простой и бытовой, б) шаг с вытянутого подъема стопы, в) на полупальцах, г) с каблука, д) сценический и переменный ход вперед и назад, е) варьирование переменного шага с ударом всей стопой, каблуком, мазком, ё) с мазком всей стопой и каблуком, ж) с выносом через I позицию ноги на каблук вперед;

боковые ходы: а) по, I прямой и III позициям: на вытянутых ногах, на полуприседании, с добавлением полуприседания в момент приставления рабочей ноги в исходную позицию, б) приставной шаг на каблук по I прямой и III позиции;

дробные выстукивания одинарные и по очереди всей стопой, подушечкой, каблуком

танцевальный бег на полупальцах: а) с продвижением вперед и назад, б) с выносом прямых ног над полом вперед и отбрасыванием назад, в) с подъемом ноги коленом наверх;

галоп прямой и боковой;

прыжки с поджатыми ногами с поворотом на 360 градусов;

вращение по 6-й позиции на 360 градусов на двух ногах;

вращение подскоками подряд по диагонали зала;

вращения на полупальцах мелкими шагами (удержание точки);

вращение на 90* и на 180* на припаданиях;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка», «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхиляс», «дорожка», боковая «дорожка»,

«веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадания с поворотом на 90 и 180 градусов по I прямой и III-ей позиции ног, «голубец» - ординарный в прыжке, «тынок», вращение «обертас»;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: основные положения рук в белорусском танце, положения рук в паре, положения головы и корпуса, притопы: одинарный, двойной и тройной притоп; синкопированные притопы, шаги: основной ход; шаги на полупальцах; боковой приставной шаг; припадание; простые шаги с носка; переменный шаг с носка, переступания: ритмично ровные переступания; тройные переступания; переступания с притопом, связующие движения: одинарный, двойной, тройной притоп, синкопированные притопы, подскоки, перескоки, повороты, вращения, соскоки, бег.

6. Элементы русского танца (44 часа)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. История возникновения и эволюции танца. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа. Выразительность танца – одна из основ и важнейших достижений русского хореографического искусства. Использование технических элементов в русском народном танце и правила их исполнения.

Практика. Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп; перетопы;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад;

переменные шаги: ровные с продвижением вперед и назад; с притопом (ровными шагами) с продвижением вперед и назад; на ребро каблука с подбивкой (с продвижением вперед (муж); на ребро каблука с подбивкой (с подскоком) (муж); на ребро каблука с подбивкой (с приседанием) (муж);

припадания: а) по VI позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону, б) по III позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону и в повороте;

«гармошка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент соединения носков, в момент соединения пяток;

«ёлочка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент поворота носков, в момент поворота пяток;

«веревочка» простая, синкопическая, двойная, с переступанием;

«ковырялочка» (без подскоков, с подскоками, без притопа и с притопом);

«моталочка» и «моталочка» поперечная (маятник); - «молоточки»;

«моталочка» в сочетании с «молоточками» и притопом;

дробная дорожка, дробь с подскоком, ключ одинарный;
 дробь смешанная комбинированная;
 ковырялочка с подскоком и тройным притопом; - хлопки;
 хороводный шаг и переступания на полупальцах;
 присядки: с выбросом ноги вперед, с продвижением в сторону, присядка-разножка;
 «закладка»;
 хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши);
 вращения: на подскоках, «бегунок» (бег с поджатыми ногами) по диагонали и кругу, на 180 градусов на припаданиях, моталочке;
 «блинчики» по диагонали;
 «самоварчик» (вращение на месте);
 вращение русский «обертас»; - поджатые прыжки с поворотом на 180 градусов.

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (84 часа)

Теория Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Составление танцевальной композиции.

Общие репетиции групп ансамбля в постановке хореографического номера или прогона концерта. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (10ч.)

Теория. Этапы работы над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России. Посещение концертов Государственных коллективов, детских и взрослых народных и фольклорных ансамблей, мастер-классов.

9 Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

10. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность. Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
 технику безопасности во время проведения занятий;
 сведения о построении человеческого тела;
 правила гигиены танцора;
 основные термины и понятия в рамках Программы;
 этапы проведения занятия;
 основы правильного дыхания в хореографии;
 элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
 особенности постановки ног, рук и корпуса;
 последовательность выполнения упражнений;
 этапы работы над концертным номером;
 правила поведения на сцене, генеральной репетиции, концертных выступлениях;
 правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом;
 виды русского народного танца;
 праздники, традиции и обычаи русского народа.

Обучающиеся должны уметь:

грамотно и музыкально исполнять движения и упражнения народно сценического танца;
 грамотно исполнять упражнения *rag terre* (партерной гимнастики);
 грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
 грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
 координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук;
 освоить правила исполнения технических элементов, поворотов и вращений;
 распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца;
 понимать и исполнять указания преподавателя;
 освоить комбинации;

связывать выразительное исполнение учебно-тренировочных упражнений с выразительностью исполнения танцевальных движений в композициях репертуара;

исполнять хореографические этюды танцы и композиции соответственно действующего репертуара.

8 год обучения УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
2	Азбука музыкального движения	2	2	4	Наблюдение педагога
3	Гимнастика <i>rag terre</i> . Упражнения стрэтч-характера. Акробатика.	2	12	14	Наблюдение педагога
4	Основы и элементы классического танца	2	48	50	Наблюдение педагога
5	Основы и элементы народно-сценического танца	2	40	42	Наблюдение педагога
6	Элементы русского танца	2	42	44	Наблюдение педагога
7	Этюдная, постановочная и репетиционная работа	4	80	84	Наблюдение педагога Практический показ
8	Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы	2	8	10	Наблюдение педагога Опрос
9	Итоговое занятие		2	2	Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков
	Всего:	18	234	252	
10	Индивидуальная работа	-	36	36	Наблюдение педагога

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление с планом работы и расписанием занятий. Проведение первичного инструктажа. Правила поведения в коллективе, образовательной организации, в общественных местах. Техника безопасности во время проведения занятий. Правила гигиены танцора. Репетиционная одежда и обувь.

2. Азбука музыкального движения (4 часа)

Теория. Изучение терминологии: legato и staccato, сильная доля в музыке, такт, затакт, ритм, музыкальный размер, фраза, предложение, синкопа.

Характерные особенности музыкального фольклора народов мира. Русский музыкальный и танцевальный фольклор. Традиционная русская обрядовая песня и хоровод. Стилизация фольклорной музыки.

Практика. Импровизационные комбинации на основе заданного музыкального материала. Определение музыкального размера и характера музыкального произведения. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Анализ услышанного произведения.

3. Гимнастика *rag terre*. Упражнения стрэтч-характера. Растяжка.

Акробатика.(14 часов)

Теория. Изучение терминологии: сустав, стопа, подъем, голень, тазобедренный сустав, шаг, пресс. Группа мышц, мышцы паха, шпагаты продольный и поперечный, круговые движения. Эффективность развития групп мышц и суставов в выполнении комплекса гимнастических упражнений. Принципы и правила исполнения движений стрэтч-характера. Физиологические механизмы интенсивности мышечной нагрузки.

Практика. Выполнение комплекса упражнений и комбинаций движений сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе для развития тазобедренного сустава, выворотности, сценического шага, голеностопного сустава, мышц брюшного пресса, мышц спины, укрепление позвоночника в различном направлении:

в положении сидя для подвижности голеностопных суставов и выработки подъема; для развития бедренных, коленных суставов, и соответствующих групп мышц;

в положении сидя для развития эластичности мышц ног - «разножка» с разнообразными наклонами корпуса, круговые движения для растяжки шага ног;

в положении лежа для укрепления пресса: на спине – поднятие и опускание ног, «ножницы», раскрытие ног в шпагаты продольный и поперечный, «березка» и «заноски» в положении «березка» с вытянутыми и сокращенными стопами;

в положении лежа на боку - броски ног в сторону, растяжка шага ног;

в положении стоя на коленях – «колечко», растяжка бедренных мышц, поднятие корпуса в «мостик»;

в положении сидя на коленях - движения «кошечка», «паук», «змейка», поднятие стоп на подъемы, переходы на полупальцы стопы;

в различных положениях упражнения стрэтч-характера;

кробатические элементы: кувырки и перевороты на полу, падения на пол с прыжком, опускание на колено с прыжка.

4. Основы и элементы классического танца (50 часов)

Теория. Изучение терминологии элементов классического танца у grand gete , sissones, станка и на середине зала: pirouette en dehors или en dedans, pas de'gage, sissonne simple, sisson ouverte, sissonne fermee. pas chasse , положение epaulement, tems lie- маленькое adajio, arabesques, pas balance, tour chaines , маленькие и большие положения рук и т. д. Роль постановки корпуса, рук, ног в системе классического танца. Последовательность элементов экзерсиса возле станка. Изучение правила исполнения элементов экзерсиса, прыжков, классических движений на середине зала, больших поз. Система построения занятия. Опорно-двигательная система человека.

Практика. Выполнение упражнений и комбинаций движений у станка- Exercise:

releve по I, II и V позиции ног (лицом к станку и одной рукой за станок);

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

demi-plie и grand-plie по I, II и V, позиции ног;

battement tendu из I и V, позиции ног в сторону вперед и назад;

battement tendu jete из I и V, позиции ног в сторону, вперед и назад;

battement tendu jete pointe;

passee par terre;

rond de jambe par terre an deor и an dedan, rond de jambre par terre на demi plie en dehors, en dedans;

port de bras назад, в сторону с работой головы и рук;

battement soutenu - на 25 и 45 градусов сначала в сторону, затем вперед и назад;

battement fondu на 45 градусов крестом;

battement frappe в позах epanlement croise'e, efface'e; doublee battement frappe;

battement releve lent вперед, в сторону и назад;

battement retire [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции вперед в V позицию сзади;

developpe крестом, использование поз epanlement croise'e, efface'e (маленьких и больших);

tgrand battement jete, grand battement jete pointe крестом; grand battement jete balancoir

подготовительные упражнения к прыжку grand gete; Выполнение упражнений и комбинаций на середине зала.

Allegro (прыжки):

tems saute по I, II и V позициям ног;

pas echappe из V позиции во II, из II позиции в V и IV позицию с переменной ног;

прыжок pas assemble вперед, в сторону, назад;

pas gete;

glissade;

ghangement de pied (маленькие и большие);

sissonne;

sissonne simple;

sisson ouverte в сторону;
 sissonne fermee в сторону;
 pas chasse; - grand gete.

Танцевальные элементы и комбинации:

поклон;

temps lie на 45 и 90 градусов - маленькое adajio (с маленькими и большими положениями рук);

позы в положении epaulement croise'e, efface'e, ecartet (маленькие и большие)

arabesques I, II, III, IV;

releve по I, II, IV и V позиции ног;

preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом pirouette en dehors или en dedans;

pirouette en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied;

танцевальный шаг с вытянутого подъема стопы и с I-ой позиции ног;

pas couru с работой рук и головы;

pas balance;

pas de bourree;

port de bras – скоординированное движение рук, головы, корпуса, I-я и II-я, III-я, IV-я, V и VI форма; - tour chaines.

5. Основы и элементы народно- сценического танца (42 часа)

Теория. Изучение терминологии: legato и staccato, pas tortilla, flic-flac, port de bras рук в народном характере и т. д. Основные понятия и принципы народного танца, характерные черты и особенности танцев народов мира. Раскрытие характерных черт воплощаемого образа, посредством движений народного танца. Стилизация народного танца. Связь выразительного исполнения учебно-тренировочных упражнений с выразительностью исполнения танцевальных движений в композициях репертуара. Правила исполнения технических элементов и вращений народного танца. Правила дыхания в исполнении технических элементов народного танца.

Практика. Изучение основных элементов, движений, упражнений народно-сценического танца у станка - одной рукой держась за станок: - preparation [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения;

приседания: полуприседание и полное приседание - demi plie и grand plie в I, II и III, VI позициях (плавное и отрывистое);

упражнения на развитие подвижности стопы - battement tendu а) с переходом работающей ноги с носка на каблук, б) с добавлением полуприседания в момент перевода стопы на каблук, в) с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

маленькие броски- battement tendu jete с добавлением полуприседания в момент возвращения рабочей ноги в позицию;

каблучные упражнения;

характерный rond de jambe и rond de pied par terre (круговращение стопы на полу), круговращение и поворот стопы опорной ноги;

подготовка к «веревочке» а) на целой стопе с полуприседанием в момент возвращения рабочей ноги в позицию, б) с полуприседанием в момент подъема рабочей ноги до уровня колена;

упражнение для бедра, на целой стопе и полупальцах;

pas tortille (повороты стоп одинарные и с ударом стопы);

flic-flac (проучивание из VI и V позиций);

дробные выстукивания по I прямой позиции;

developpe с подъемом и ударом опорной пятки (legato и staccato);

grand battement jete на целой стопе: а) с добавлением полуприседания в момент броска, б) с добавлением полуприседания в момент возвращения ноги в исходную позицию и подъемом пятки опорной ноги, с работой корпуса и головы;

полуприсядки и присядки для мальчиков: а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух, б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук.

Изучение основных элементов и движений народно-сценического танца на середине зала:

постановка корпуса, повороты и наклоны головы, упражнения для пластичности корпуса (перегибы корпуса, наклоны, повороты), упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев;

port de bras рук в народном характере;- шаги и проходки: а) простой и бытовой, б) шаг с вытянутого подъема стопы, в) на полупальцах, г) с каблука, д) сценический и переменный ход вперед и назад, е) варьирование переменного шага с ударом всей стопой, каблуком, мазком, ё) с мазком всей стопой и каблуком, ж) с выносом через I позицию ноги на каблук вперед;

боковые ходы: а) по I прямой, III, и I позициям: на вытянутых ногах, на полуприседании, с добавлением полуприседания в момент приставления рабочей ноги в исходную позицию, б) приставной шаг на каблук по III позиции; -дробные выстукивания одинарные и по очереди всей стопой, подушечкой, каблуком;

танцевальный бег на полупальцах: а) с продвижением вперед и назад, б) с выносом прямых ног над полом вперед и отбрасыванием назад, в) с подъемом ноги коленом наверх;

галоп прямой и боковой;

прыжки с поджатыми ногами с поворотом на 360 градусов;

вращение по 6-й позиции на 360 градусов на двух ногах;

вращение подскоками подряд по диагонали зала;

вращения на полупальцах мелкими шагами (удержание точки);

вращение на 90 градусов и на 180 градусов на припаданиях;

элементы украинского танца: положение рук, головы, корпуса, притопы, «ковырялочка» простая, «ковырялочка» с подскоком и переменной ног, «выхилас», «дорожка», боковая «дорожка», «веревочка», движение с продвижением - «бегунец», припадания с поворотом на 90 и 180 градусов по I прямой и III-ей позиции ног, «голубец» - ординарный в прыжке, «голубец» двойной и тройной, «тынок», pas de busque, вращение «обертас»;

элементы молдавского танца: положение рук, головы, корпуса, простой ход (на всю стопу), боковые перепрыгивания из стороны в сторону, шаг с подскоком; бегущий шаг, перескоки на полупальцах и акцентированным ударом стопой, перепрыгивание с двух ног на одну;

элементы белорусского танца: основные положения рук в белорусском танце, положения рук в паре, положения головы и корпуса, притопы: одинарный, двойной и тройной притоп; синкопированные притопы, шаги: основной ход; шаги на полупальцах; боковой приставной шаг; припадание; простые шаги с носка; переменный шаг с носка, переступания: ритмично ровные переступания; тройные переступания; переступания с притопом, связующие движения: одинарный, двойной, тройной притоп, синкопированные притопы, подскоки, перескоки, повороты, вращения, соскоки, бег.

6. Элементы русского танца (44 часа)

Теория. Основные понятия, терминология, техника выполнения движений. История возникновения и эволюции танца. Культура, традиции, праздники и обычаи русского народа. Русская фольклорная пляска, перепляс. Стилизация русского фольклорного танца. Выразительность танца – одна из основ и важнейших достижений русского хореографического искусства. Использование технических элементов в русском народном танце и правила их исполнения. *Практика.* Изучение лексики и основных элементов русского танца:

простой поклон на месте; женский поклон, мужской поклон;

позиции и положения рук, движения кисти, обращение с платочком, характерные положения рук у парней;- позиции положения ног, положения стопы и подъёма;

притоп, двойной и тройной притоп; перетопы;

шаги русского танца: простой шаг с продвижением вперед и назад; с притопом с продвижением вперед и назад;

переменные шаги: ровные с продвижением вперед и назад; с притопом (ровными шагами) с продвижением вперед и назад; на ребро каблука с подбивкой (с продвижением вперед (муж); на ребро каблука с подбивкой (с подскоком) (муж); на ребро каблука с подбивкой (с приседанием) (муж);

припадания: а) по VI позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону, б) по III позиции на месте с продвижением вперед и назад, в сторону и в повороте;

«гармошка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент соединения носков, в момент соединения пяток;

«ёлочка» на вытянутых ногах, на полуприседании, с полуприседанием в момент поворота носков, в момент поворота пяток;

«веревочка» простая, синкопическая, двойная, с переступанием;

«ковырялочка» (без подскоков, с подскоками, без притопа и с притопом);

«моталочка» и «моталочка» поперечная (маятник); - «молоточки»;

«моталочка» в сочетании с «молоточками» и притопом;

дробная дорожка, дробь с подскоком, ключ одинарный;

дробь смешанная комбинированная;
 ковырялочка с подскоком и тройным притопом;
 pas de busque (па де баск);
 хлопки;
 хороводный шаг и переступания на полупальцах;
 присядки: с выбросом ноги вперед, с продвижением в сторону, присядка-разножка;
 «закладка»;
 хлопушки (удары по голенищу, по бедру, хлопки в ладоши)
 вращения: на подскоках, «бегунок» (бег с поджатыми ногами) по диагонали и кругу; на
 180 градусов на припаданиях, моталочке;
 «блинчики» по диагонали;
 «самоварчик» (вращение на месте);
 вращение русский «обертас»;
 поджатые прыжки с поворотом на 180 и 360 градусов;
 комбинированные вращения с продвижением с работой рук и головы.

7. Этюдная, постановочная и репетиционная работа (84 часа)

Теория. Изучение терминологии: хореографическая техника, синхронность исполнения, образ в танце, характер исполнения. Цели и задачи этюдной работы. Рисунок танца, возможности сочетаний и комбинаций различных танцевальных элементов при создании хореографического текста. Танцевальная фраза. Ракурс в хореографии. Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца. Информация о музыкальном материале постановочной работы. Этапы постановочной работы. Правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом. Анализ, обсуждение лучших хореографических композиций по тематике и жанру.

Практика. Разработка танцевальных комбинаций и этюдов, включающих движения пройденного материала; постановка танцевальных комбинаций и этюдов на исполнителей номера; постановка хореографических композиций репертуара коллектива; отработка комбинаций движений, этюдов и хореографических номеров репертуара коллектива. Составление танцевальной фразы. Использование определенного рисунка движения, различных ракурсов.

Отработка хореографической техники номера, синхронности исполнения движений в танце, образности в танце, характера и точности исполнения. Общие репетиции групп ансамбля в постановке хореографического номера или прогона концерта. Просмотр видеоматериалов.

8. Экскурсии, конкурсы, концертные выступления, беседы (10ч.)

Теория: работа над концертным номером: выбор «замысла» хореографического произведения, подбор музыкального материала; разработка сюжета, костюма и рисунка танца; отработка танцевальных композиций. Задачи и программа публичного выступления.

Практика. Участие в массовых мероприятиях (игровых программах, конкурсно-развлекательных программах и т. д). Выступления с номерами репертуара коллектива на концертах, участие в конкурсах и фестивалях народного танца. Посещение музыкальных спектаклей, фестивалей, конкурсов. Экскурсия в художественный музей и/или виртуальные туры по музеям России. Посещение концертов Государственных коллективов, детских и взрослых народных и фольклорных ансамблей, мастер-классов.

9.Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Подведение итогов выполненной работы за год. Демонстрация приобретенных знаний и исполнительских навыков.

10. Индивидуальная работа (36 часов)

Практика. Освоение сольных хореографических номеров и сольных партий танцев действующего и перспективного репертуара коллектива. Танцевальные упражнения и этюды на сценичность и выразительность. Отработка технических элементов, вращений сольных партий танцев репертуара коллектива.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения в коллективе, учебном заведении, в общественных местах;
- технику безопасности во время проведения занятий;
- основы правильного дыхания в хореографии;
- элементы и основные комбинации народно-сценического танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы;
- последовательность выполнения упражнений;
- этапы работы над концертным номером;
- правила пользования концертными костюмами, обувью и реквизитом; - стили народного танца;
- определение стилизации народного танца и стилизации русского фольклорного танца;
- виды русского народного танца;
- праздники, традиции и обычаи русского народа;
- задачи публичного выступления на конкурсах, фестивалях, концертах.

Обучающиеся должны уметь:

- грамотно и музыкально исполнять движения и упражнения народно сценического танца;
- грамотно исполнять упражнения *rag terre* (партерной гимнастики);
- грамотно и музыкально исполнять элементы и упражнения классического танца;
- грамотно и музыкально исполнять движения русского народного танца;
- координировать движения головы, плеч, корпуса, ног и рук;
- освоить правила исполнения технических элементов, поворотов и вращений;

распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок в исполнении народного танца;

понимать и исполнять указания преподавателя;

освоить комбинации;

связывать выразительное исполнение учебно-тренировочных упражнений с выразительностью исполнения танцевальных движений в композициях репертуара;

исполнять хореографические этюды танцы и композиции соответственно действующего репертуара;

бережно и правильно обращаться с концертным костюмом, сохранять эстетически аккуратный внешний вид на выступлениях;

целенаправленно выполнять задачи соответственно Программе обучения в коллективе.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для реализации программы ГБОУ «ШИДО г.о.Горловка» располагает необходимой материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов теоретических и практических занятий, предусмотренных учебным планом.

1 Специализированные аудитории:

1.1 Хореографический класс Площадь 18 кв.м.

1.1.1 Освещение хореографического класса: естественное- 5окон, искусственное – 8 ламп

1.1.2 Воздушно-вентиляционный режим хореографического класса:
10 створок(открывающиеся) часть окна)

1.1.3 Стены: Обои

1.1.4 Пол хореографического зала - линолеум

ТИПЫ ЗАНЯТИЙ И ИХ ОСНОВЫ

<p>комплексного применения знаний и умений (занятие закрепления)</p>	<p>1. Организационный этап. 1.1.Постановка цели и задач занятия. 1.2.Мотивация учебной деятельности обучающихся. 2. Основной этап 2.1.Азбука музыкального движения 2.2.Упражнения <i>rag terre</i> 2.3.Ехercise классического танца, упражнения у станка и на середине 2.4.Основы народно сценического танца 2.5.Русский народный танец 2.6.Технические элементы и вращения народного танца 3. Информационный этап. 3.1.Добывание знаний в новой ситуации. 3.2. Проверка знаний пройденного материала. 3.3.Устный опрос.</p>
--	--

<p>актуализации знаний и умений (урок повторения)</p>	<p>4. Этап первичного закрепления 4.1.Комбинации, этюды на основе пройденного материала 4.2.Применение знаний в новой ситуации 4.3.Импровизационные этюды на основе пройденного материала 4.4. Рефлексия (подведение итогов занятия) 5. Организационный этап. 6..Постановка цели и задач занятия. 7. Основной этап. Воспроизведение и коррекция знаний, навыков и умений учащихся, необходимых для творческого решения поставленных задач. 7.1.Упражнения <i>par terre</i> 7.2.Ехercise классического танца, упражнения у станка и на середине 7.3.Основы народно сценического танца 8. Актуализация знаний - с целью подготовки к контрольному занятию 8.1. Танцевальные комбинации, этюды на основе пройденного материала 9. Применение знаний и умений в новой ситуации 5.1. Построение (постановка) комбинаций и этюдов на основе пройденного материала 10.Обобщение и систематизация знаний 11. Проверка усвоения построенных комбинаций на основе пройденного материала, опрос. 12. Контроль усвоения, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция. 13.Исполнение и отработка элементов, движений поставленных комбинаций и этюдов на основе пройденного материала. Рефлексия (подведение итогов занятия)</p>
---	---

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ

Беседа - диалогический метод обучения, при котором педагог дополнительного образования путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит учащихся к пониманию нового материала или проверяет усвоение уже изученного.

Беседа относится к наиболее распространенным методам дидактической работы. Педагог, опираясь на знания и опыт учащихся, последовательной постановкой вопросов подводит их к пониманию и усвоению новых знаний. В зависимости от цели занятия применяются различные виды беседы: эвристическая, воспроизводящая, систематизирующая.

Эвристическая беседа (от греческого слова «эврика» — нашел, открыл) применяется при изучении нового материала.

Воспроизводящая беседа (контрольно-проверочная) имеет цель закрепления в памяти учащихся ранее изученного материала и проверку степени его усвоения.

Систематизирующая беседа проводится с целью систематизации знаний учащихся после изучения темы или раздела.

В целом, метод беседы имеет следующие преимущества: активизирует учащихся; развивает их память и речь; делает открытыми знания учащихся; имеет большую воспитательную силу; является хорошим диагностическим средством.

Недостатки метода беседы: требует много времени; содержит элемент риска, (учащийся может дать неправильный ответ, который воспринимается другими учащимися и фиксируется в их памяти).

Беседа, в сравнении с другими информационными методами, обеспечивает относительно высокую познавательную и мыслительную активность учащихся.

Викторина. Одной из нетрадиционных форм обучения является учебная викторина.

Она нацеливает учащихся на интерес к предмету, развивает их умственные способности, заставляет их мыслить нетрадиционно. Такая форма работы, как «Встречи с интересными людьми», в воспитательнообразовательном процессе помогает:

дать возможность родителям стать равноправными участниками воспитательно-образовательного процесса;

формировать у учащихся понятие «трудовая деятельность»;

показывать учащемуся значимость избранного им вида деятельности в жизни общества;

демонстрировать глубину и разнообразие интересов каждого человека;

дать возможность накапливать и обогащать эмоционально-чувственный опыт детей в процессе общения с другими людьми;

развивать монологическую и диалогическую речь;

создавать условия для быстрой адаптации учащегося к незнакомым взрослым;

способствовать усвоению детьми нравственных и этикетных норм.

В результате у ребенка формируется положительное, созидательное отношение к миру.

Диспут (от лат. disputare — рассуждать, спорить) – коллективное публичное обсуждение актуальных научных тем или социальных проблем, так или иначе связанных с жизнедеятельностью учащихся и их социальным опытом; один из активных методов обучения, практикуемых со взрослыми учащимися, способствует развитию логического мышления и формированию самостоятельности суждений.

Диспут дает возможность применить имеющиеся знания и понимание жизни в осмыслении и разрешении конкретных практических проблем.

Занятие-консультация. Консультация – форма организации процесса обучения для одного или группы учащихся по выявлению непонятных или сложных вопросов, тем, разделов программы в процессе изучения учебной дисциплины. Место консультации в учебном процессе определяется качеством усвоения учебной программы учащимися. Это составная часть процесса обучения, органически связанная с изучением нового материала, его осмыслением, закреплением и применением.

Роль консультации в учебном процессе стала увеличиваться особенно в последние годы в связи с тем, что педагоги стали шире применять нетрадиционные формы организации обучения:

лекции, семинары, конференции, игры и др., а также системы форм (например: лекция - практическое занятие - семинар - зачет).

Игра. Это форма учебного процесса в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта во всех его проявлениях: знаниях, навыках, умениях, эмоционально-оценочной деятельности.

Отчетный концерт – это подведение итогов, креативные идеи, воплощенные в лучшие постановочные номера с участием учеников, где они наглядно демонстрируют результаты своих занятий

Конкурс. Конкурс позволяет обучающимся не столько представить свою работу, сколько познакомиться с работами других участников, узнать, что приготовили другие участники Конкурса, подумать над идеями новых работ, расширить круг друзей. В общении с экспертами услышать не только одобрение и поддержку, но и услышать подсказку и рекомендации по развитию творческой работы. Конкурс позволяет родителям и педагогам использовать образовательное и коммуникативное пространство для создания позитивных условий для развития детей, общение с экспертами помогает понять ценность и полезность проделанной работы, независимо от того, какое место получил ребенок.

Мастер-класс. Мастер-класс – (от английского masterclass: master – лучший в какой-либо области + class – занятие, урок) – современная форма проведения обучающего тренинга-семинара для отработки практических навыков по различным методикам и технологиям с целью повышения профессионального уровня и обмена передовым опытом участников, расширения кругозора и приобщения к новейшим областям знания.

Мастер-класс отличается от семинара тем, что, во время мастер-класса ведущий специалист рассказывает и, что еще более важно, показывает, как применять на практике новую технологию или метод. Очевидно, таким образом, что мастер-классы не показывают, а проводят.

Мастер-класс проводит эксперт в определённой дисциплине для тех, кто хочет улучшить свои практические достижения в этом предмете. Смысл мастер-класса состоит в том, что мастер своего дела, известные действующие специалисты, делятся со слушателями какой-либо уникальной методикой, которая применялась и успешно внедрялась лично ими

Наблюдение. Целенаправленное восприятие, обусловленное задачей деятельности; выделяют научное наблюдение, восприятие информации на приборах, наблюдение как часть процесса художественного творчества и т. п. Основное условие научного наблюдения - объективность, т. е. возможность контроля путем либо повторного наблюдения, либо применения иных методов исследования (напр., эксперимента)

Открытое занятие. Открытое занятие – специально подготовленная форма организации методической работы. Во время открытого занятия педагог демонстрирует свой инновационный опыт, реализацию методической идеи, применение методического приема или метода обучения

Практическое занятие - это один из видов активной самостоятельной работы учащихся, который проводится с применением различных методов, материалов, инструментов, приборов и других средств.

Презентация - Мультимедийная презентация как дидактическая единица обучения создается с учетом всех присущих учебному процессу компонентов (цели, содержание, методы, организационные формы, средства обучения), которые реализуются специфическими средствами ИКТ. Не менее важным становится и технология предъявления презентации в процессе

обучения, ее методически грамотное использование на занятии. При этом мультимедийная презентация не самоцель, а только один из инструментов для решения предметных методических задач, связанных с повышением мотивации учащихся, расширением их культурного кругозора.

Репетиция - (от лат. *repetitio* - повторение) основная форма подготовки хореографического номера. Проводится под руководством педагога дополнительного образования. В процессе многократного исполнения хореографического произведения исполнители добиваются верного раскрытия его идейного содержания, яркого воплощения образов.

Фестиваль – широкая общественная праздничная встреча, сопровождающаяся просмотром достижений каких-нибудь видов искусства

Экзаменом называется проверка знаний учащегося по одному из изученных ранее разделов (тем). В переводе с латинского слово «экзамен» означает «стрелка весов» или «оценка». В процедуре задействовано две стороны: учащийся и преподаватель, если только экзамен не принимает компьютер. По итогам сдачи обязательно выставляется оценка, обычно в балльной системе. Если с первого раза сдать не удалось, учащийся имеет право на пересдачу.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Эффективность процесса обучения в творческом объединении зависит от правильности выбора метода обучения или сочетания методов. Основные методы обучения, используемые педагогом:

словесный (рассказ, беседа, объяснение: музыкальной раскладки танцевального номера, его темпа, ритма, эмоционального образного исполнения, драматургических законов: экспозиции, завязки, развития действия, кульминации, технического уровня исполнения, затактовой формы и т. д.);

наглядный (показа иллюстративного материала; демонстрация, примененных схем рисунка танца; видео материалов профессиональной направленности);

практические методы (показ учебно-тренировочных упражнений, танцевальных комбинаций, фигур, этюдов):

распределение упражнения на части с последовательным их объединением в целостное действие по мере усвоения (комбинации, технические элементы, этюды и др.);

метод целостного упражнения (полный показ комбинации, а затем объяснение методики ее выполнения);

метод импровизации (создание этюда в процессе свободного фантазирования);

игровой метод;

метод эмпатии (воплощение хореографического образа);

метод сравнения работы суставно-мышечного аппарата и эмоциональной окраски во время выполнения хореографических комбинаций;

метод тьюторского, наставнического сопровождения;

по логике передачи и восприятия информации (индуктивные, дедуктивные (способность раскрывать логику танцевального движения, содержания учебного материала от общего к частному и от частного к общему);

по степени самостоятельного мышления (репродуктивные) (эффективно содействуют отработке практических умений и навыков с помощью неоднократных действий по образцу) и проблемнопоисковые (создание проблемной ситуации: педагог дополнительного образования ставит вопросы, предлагает задачу, экспериментальнотворческое задание, организует коллективное обсуждение возможных подходов к разрешению проблемной ситуации,

стимулирует выдвижение гипотез);

по степени управления учебной деятельностью (под руководством педагога дополнительного образования, самостоятельная работа учащихся).

методы стимулирования и мотивации учебной деятельности распределяются на:

методы стимулирования интереса к занятиям (познавательные игры, учебные дискуссии, создание эмоционально – нравственных ситуаций, создание атмосферы психологической поддержки);

методы стимулирования ответственности и долга.

Методы воспитания

формирования сознания (рассказ, объяснение и разъяснение, этическая беседа, внушение, инструктаж, диспут, дискуссия, положительный пример и т.д).

организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности (упражнение, приучение, педагогическое требование, общественное мнение, поручение, воспитывающая ситуация, переключение в деятельности);

методы стимулирования поведения и деятельности (соревнование, поощрение, сюжетно-ролевые игры);

методы контроля, самоконтроля и самооценки деятельности и поведения (педагогическое наблюдение, беседы с целью выявления уровней воспитанности, опросы, устные и анкетные, тесты, анализ результатов общественно-полезной деятельности, создание ситуаций для изучения поведения обучающихся).

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Технология группового обучения. Данная технология предполагает организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию. Групповая технология имеет широкое применение, что обусловлено различными танцевальными формами. Здесь отражается работа в парах, исполнение танцевального материала по подгруппам, ансамблевое исполнение и прочее. Групповая технология на уроках хореографии эффективно способствует развитию коммуникабельности, самостоятельности, а также выявлению лидерского состава в группе.

Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение. Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. Индивидуально-групповая работа предполагает занимающимся распределиться на группы в несколько человек. Группам дается определенное задание, например, самостоятельно составить танцевальный этюд. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком. Индивидуальная работа в команде предполагает каждой команде придумать свой этюд, и показать друг другу. Члены команды просматривают этюды, ведется обсуждение, указывают на недочеты. Основные принципы педагогики сотрудничества:

- учение без принуждения;
- право на свою точку зрения;
- право на ошибку;
- успешность;
- сочетание индивидуального и коллективного воспитания.

Для того чтобы ребенок ощущал эмоциональное благополучие, чтобы ему было уютно и комфортно на занятии, должна быть создана нужная атмосфера, важными составляющими которой являются взаимное уважение, искренность, юмор и веселье. При такой атмосфере дети смогут вести себя свободно и реализовывать свои собственные интересы, то есть постепенно начнет создаваться атмосфера сотрудничества.

Технология индивидуализации обучения. Данная технология предполагает составление индивидуальной образовательной программы для каждого ученика, опираясь на его характеристики и возможности. Следует несколько вариантов применения данной технологии. Это может быть работа с солистами по индивидуальным программам. Другой вариант подразумевает мелкогрупповую работу, где разделение основано на схожести степени природных задатков и развития физико-анатомических способностей. Либо когда общая группа детей воспринимается как единый организм и материал программы варьируется в зависимости от общего потенциала и потребностей группы.

Технологии личностно-ориентированного обучения.

1. Технология разноуровневого обучения.

В педагогике изучались способности учащихся в ситуации, когда время на изучение материала не ограничивалось, и были выделены такие категории:

малоспособные; которые не в состоянии достичь заранее намеченного уровня знаний и умений даже при больших затратах учебного времени;

талантливые (около 5%), которым нередко по силам то, с чем не могут справиться все остальные;

около 90% способности к усвоению знаний и умений зависят от затрат учебного времени.

Если каждому обучающемуся отводить необходимое ему время, соответствующее личным способностям и возможностям, то можно обеспечить гарантированное освоение базисного ядра учебной программы.

Для этого нужна уровневая дифференциация.

Технология коллективного обучения.

Имеет несколько названий: «организованный диалог», «работа в парах сменного состава».

Преимущества технологии коллективного взаимообучения:

в результате регулярно повторяющихся упражнений совершенствуются навыки логического мышления и понимания;

в процессе взаимного общения включается память, идет мобилизация и актуализация предшествующего опыта и знаний;

каждый обучающийся чувствует себя раскованно, работает в индивидуальном темпе;

повышается ответственность не только за свои успехи, но и за результаты коллективного труда;

отпадает необходимость в сдерживании темпа занятий, что позитивно сказывается на микроклимате в коллективе;

формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений;

обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, а следовательно, обеспечивает более прочное усвоение.

Технология сотрудничества.

Предполагает обучение в малых группах. Главная идея обучения в сотрудничестве – учиться вместе, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей. Существует несколько вариантов организации обучения в сотрудничестве. Основные идеи, присущие всем вариантам организации работы малых групп – общность целей и задач, индивидуальная ответственность и равные возможности успеха.

Игровые технологии.

В игре воссоздаются условия ситуаций, какой-то вид деятельности, общественный опыт, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением.

Игровые технологии являются составной частью педагогических технологий, одной из уникальных форм обучения, которая позволяет сделать интересными и увлекательными не только работу учащихся на творческо-поисковом уровне, но и будничные шаги по изучению разделов и тем программы. Занимательность игры положительно сказывается на эмоциональном состоянии ребенка, а эмоциональность игрового действия активизирует все психологические процессы и функции ребенка. Другой позитивной стороной игры является то, что она способствует использованию знаний в новой ситуации, т.е. усваиваемый обучающимися материал проходит через своеобразную практику, вносит разнообразие и заинтересованность в учебный процесс.

Технологии проблемного обучения

Такое обучение основано на получении обучающимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создающихся для этого проблемных ситуациях. В каждой из них, обучающиеся вынуждены самостоятельно искать решение, а педагог лишь помогает, разъясняет проблему, формулирует ее и решает.

Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) – расширяют рамки образовательного процесса, повышая его практическую направленность, способствуют интенсификации самостоятельной работы учащихся и повышению познавательной активности.

Цель ИКТ – обеспечение современного качества образования на основе сохранения его фундаментальности и соответствия актуальным и перспективным потребностям личности, общества, государства. Задачи ИКТ:

- повысить мотивацию обучения;
- повысить эффективность процесса обучения
- способствовать активизации познавательной сферы обучающихся;
- совершенствовать методики проведения занятий;
- своевременно отслеживать результаты обучения и воспитания;
- планировать и систематизировать свою работу;
- использовать, как средство самообразования;
- качественно и быстро подготовить занятие (мероприятие).

Преимущества использования ИКТ:

- индивидуализация обучения;
- интенсификация самостоятельной работы учащихся;
- рост объема выполненных на занятии заданий;
- расширение информационных потоков при использовании Internet;
- повышение мотивации и познавательной активности за счет разнообразия форм работы, возможности включения игрового момента;

интегрирование обычного занятия с компьютером позволяет педагогу переложить часть своей работы на ПК, делая при этом процесс обучения более разнообразным, интенсивным.

Внедрение информационных технологий в обучение значительно разнообразит процесс восприятия и отработки информации. Благодаря компьютеру, Интернету и мультимедийным средствам обучающимся предоставляется уникальная возможность овладения большим объемом информации с ее последующим анализом и сортировкой. Значительно расширяется и мотивационная основа учебной деятельности.

Дальтон-технология – технология, в которой заложены большие возможности для реализации идеи личностного развития ребенка. *Цели Дальтон - технологии:*

- обеспечить индивидуальное развитие обучающегося;
- обеспечить развитие его социального опыта за счет овладения навыками сотрудничества, ответственности и самостоятельности в учебнопознавательной деятельности.

Дальтон – технология основывается на трех принципах: свобода, самостоятельность, сотрудничество. Все эти принципы объединяются ведущим принципом – принципом гуманизма.

Принцип свободы – это право выбора обучающимся темы, партнера, источников знаний, темпа, форм и способов работы. Естественно, что сам учебный предмет в основном определяется учебным планом. Но эта свобода сочетается с ответственностью: обучающийся осуществляет свободное учение, осуществляет самоконтроль, взаимоконтроль, но окончательно уровень достижения цели оценивает педагог по каждому свободно выполненному заданию. Каждый обучающийся индивидуально отчитывается перед педагогом. Таким образом, свобода сочетается с ответственностью.

Принцип самостоятельности. Самостоятельность – это выбор обучающимся уровня самостоятельности познавательной деятельности и маршрута своего развития, самостоятельность действий принятия решения и ответственности за этот выбор.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ЗАПИСИ

Логинова, Л.Г. Оценивание качества в дополнительном образовании детей: практико-ориентированная монография / Л.Г. Логинова, – Чебоксары: ИД «Среда», 2019. – 432 с. // сайт. – <https://phsreda.com/e-publications/e-publication55.pdf>

(дата обращения: 24.05.2023). – Текст: электронный.

Абызова, Л. И. История хореографического искусства. Отечественный балет XX – начала XXI вв.: учеб. пособие/Л. И. Абызова. – Санкт-Петербург:

Композитор, 2012. – 302 с. // сайт. – <file:///C:/Users/ок/Downloads/Абызова%20Л.%20И.pdf> (дата обращения:

05.07.2023). – Текст: электронный.

Бурцева, Г. В. Мастерство хореографа: учеб.-практ. пособие / Г. В. Бурцева. – Барнаул : Изд-во Алт. гос. акад. культуры и искусств, 2014. – 227 с.

Ваганова, А. Я. Основы классического танца/ А.Я. Ваганова, Издание 6. Серия

«Учебники для вузов. Специальная литература» – СПб.: Издательство «Лань»,

<https://drive.google.com/file/d/0B3ZFZLi4KPIUZUxoTWVtRDVja1U/view?resourcekey=0-EbdDkR4i34kWNA2cpYDGIw> (дата обращения: 05.07.2023). – Текст: электронный. сайт. –

[https://www.studmed.ru/view/vaganova-aya-osnovy-](https://www.studmed.ru/view/vaganova-aya-osnovy-klassicheskogotanca_5c90bd7c1b0.html?page=1)

[klassicheskogotanca_5c90bd7c1b0.html?page=1](https://www.studmed.ru/view/vaganova-aya-osnovy-klassicheskogotanca_5c90bd7c1b0.html?page=1) (дата обращения: 06.08.2023). – Текст: электронный.

Книга Базарова Надежда Павловна, Мей Варвара Павловна «Азбука классического танца» Первые три года обучения, 2-е издание, учебник для высших и средних специальных учебных заведений искусства и культуры. Ленинград «Искусство»1984г., Ленинградское отделение , 208.с.; сайт. – [https://litresp.ru/chitat/ru/%D0%91/bazarova-nadezhda-](https://litresp.ru/chitat/ru/%D0%91/bazarova-nadezhda-pavlovna/azbukaklassicheskogo-tanca)

[pavlovna/azbukaklassicheskogo-tanca](https://litresp.ru/chitat/ru/%D0%91/bazarova-nadezhda-pavlovna/azbukaklassicheskogo-tanca) (дата обращения: 06.08.2023). – Текст: электронный.

Книга Базарова Н.П. Классический танец Методика на четвертого и пятого года обучения 2-е издание, учебник для высших и средних специальных учебных заведений искусства и культуры. Ленинград «Искусство»1984г. Ленинградское отделение, 199с., 8л.ил. сайт. –

<http://dancelib.ru/books/item/f>

[/z0000004/index.shtml](http://dancelib.ru/books/item/f/z0000004/index.shtml) (дата обращения: 06.08.2023). – Текст: электронный.

Книга. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца

Учебное пособие. — 4-е изд., стер. — СПб: «Лань», Планета музыки, 2010. — 344 с.: ил. — (Мир культуры, истории и философии). — ISBN 978-5-81140601-

Пособие предназначено для преподавателей балетных школ и кружков.

сайт. – http://znuvjtey.affsaltra.com/dir_gpyixj_10/jmayjr_341.html

(дата обращения: 06.08.2023). – Текст: электронный.

сайт. –

https://vk.com/doc3260116_614050108?hash=TpL7zoXdqk2dzLL6KfOr5MuxNNrVekkddM9taTglCM8&dl=PFZc1St9hnrdrTCaTZtzzMAbcBXG0EicaQnzdGTjHRfD (дата обращения: 06.08.2023). – Текст: электронный.

Учебное пособие для студентов вузов культуры и искусства «Народный танец. Методика преподавания» автор Геннадий Гусев (Народный танец : методика преподавания : учеб. пособие для студентов вузов культуры и искусств / Г. П. Гусев. — М., 2012. — 608 с.: ил., ноты. — (Учебное пособие для вузов) сайт. –

[http://lib.sibsport.ru/www/libsport.nsf/0/b3ebf81c26163a1046258420003425fa/\\$FILE/%D0%93%D1%83%D1%81%D0%B5%D0%B2.pdf](http://lib.sibsport.ru/www/libsport.nsf/0/b3ebf81c26163a1046258420003425fa/$FILE/%D0%93%D1%83%D1%81%D0%B5%D0%B2.pdf)

ЛИТЕРАТУРА

Информационные базы данных, ссылки на сетевые ресурсы: <https://dancehelp.ru/lp/>

Российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru/default.asp>

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>

Все для Хореографов и Танцоров, Методические пособия,

Программы <http://www.horeograf.com/>

Справочно-информационный портал дополнительного образования детей <http://www.kidsworld.ru/>

1. Методика и техника характерного народного танца | Образовательная социальная сеть О.

Киенко "Методика и техника характерного народного

танца"-<https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2019/02/26/metodicheskayarazrabotka-na-temu-metodika-prepodavaniya> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

2.«Методика преподавания народно-сценического танца на начальном этапе обучения в детской школе искусств» | Образовательная социальная сеть В работе описаны цели и задачи предмета Народно-сценический танец в школе искусств

<https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2019/02/26/metodicheskayarazrabotka-na-temu-metodika-prepodavaniya> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

3.Статья "Народный танец и его стили" <https://infourok.ru/statya-narodniy-tanec-i-ego-stili-747304.html> (дата обращения:

06.08.2023г). – Текст: электронный.

4.Терминология хореографии при работе с детьми на уроках классического танца <https://urok.1sept.ru/articles/657092> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

5. Методика и техника исполнения движений

Положение корпуса позиции и положения рук в народном танце.

https://studopedia.net/18_24864_metodika-i-tehnika-ispolneniya-dvizheniy.html (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

6.В.Ф.Матвеев. Теория и методика преподавания русского народного танца

<https://studfile.net/preview/5298610/page:4/> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

7.Методика изучения женских трюков в народно-сценическом танце https://revolution.allbest.ru/culture/01231766_0.html (дата обращения:

06.08.2023г). – Текст: электронный.

8.Характерный танец и его связь с классическим <https://studfile.net/preview/5563304/> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст:

электронный.

9.Движения русского танца <https://studfile.net/preview/8391225/> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

10.»АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «НАУЧНООБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ» город

Москва Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 041008

«Проблема сохранения народных традиций танцевальной культуры» <https://xn--d1abbusdciv.xn--p1ai/%D1%83%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%B5-%D0%B0-%D0%BF%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F/>;

(дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

11. ПРИОБЩЕНИЕ К НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЕ ЧЕРЕЗ РУССКИЙ ТАНЕЦ

статья о приобщении детей к народной культуре сайт. – <https://www.art-talant.org/publikacii/20589-priobschenie-k-narodnoy-kulturecherez-russkiy-tanec/>;

(дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

12.Славянские праздники сайт. – <https://slavyanskieoberegi.ru/slavyanskie-prazdniki/> (дата

обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

13.Российский этнографический музей сайт. – <https://dzen.ru/ethnomuseum> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст:

электронный.

14.О классическом танце, движениях и терминах сайт. – <https://ve4no-pianistka.livejournal.com/9539.html> (дата обращения: 06.08.2023г).

– Текст: электронный.

15.Классический танец, классический станок сайт. – <https://danceclubajax.ru/baletstudy> (дата

обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

16.Учимся танцевать русский народный танец | Я русский. Элементы и движения в русском

народном танце сайт. – <http://iamruss.ru/learn-how-to-dance-russian-folk-dance/> (дата

обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

17.Основы народного танца методические рекомендации

В материале представлены основы русского народного танца, сайт. –

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/148513-osnovy-narodnogotanca-metodicheskie-rekomend> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст:

электронный.

18.Методика и техника характерного народного танца | Образовательная социальная сеть О.

Киенко "Методика и техника характерного народного

танца" книга, сайт. – <https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2020/07/26/metodika-i-tehnikaharakternogo-narodnogo-tantsa> (дата обращения: 06.08.2023г). – Текст: электронный.

19.Методика постановки корпуса и рук в обучении народно-сценическому, сайт. – <https://infourok.ru/metodika-postanovki-korpusa-i-ruk-v-obuchenii-narodnoscenicheskomu-tancu-sredstvami-parternoj-gimnastiki-4886061.html>

