****Неистощимая сокровищница народного танца хранит много бесценных жемчужин.

В них творческая сила народной фантазии, образность народного мышления, выразительность и пластичность формы, глубина чувств.

**Игорь Моисеев**

**Структура программы**

1. Пояснительная записка................................................... стр. 3

2. Учебно-тематический план............................................. стр. 13

3. Содержание программы................................................ стр. 20

4. Методическое обеспечение программы........................ стр. 33

5. Обеспечение реализации программы............................ стр. 36

6. Список литературы....................................................... стр. 37

7. Приложения (на электронном носителе)

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Дополнительная модифицированная программа «Гармония танца»** относится к общеразвивающим программам, имеет **художественную направленность.**

**Дополнительное образование** – это одна из возможностей человека вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

**Хореографическое искусство** – массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

**Программа «Гармония танца»** разработана для обучающихся детского ансамбля народного танца «Гармония». Ансамбль существует 23 года.

Данная программа рассчитана на детей, разных по уровню хореографического умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. Программа намечает определенный объём материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого обучающегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса: разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения.

**Актуальность программы** заключается в воспитании у детей и подростков чувства патриотизма, уважения к собственной истории и культуре, гордости за свою страну. Все это помогает в социальной адаптации детей. Кроме того, общение с народным искусством, сохранение, уважение вековых традиций культурного наследия способствует гармоничному развитию человека, становится мощным источником эстетических положительных эмоций.

Актуальность данной программы обусловлена следующими причинами:

* забвением народных традиций, утрата которых грозит распадом этнокультурных связей, потерей иммунитета, размыванием и утратой у подрастающих поколений культурной и национальной идентичности;
* настойчиво и последовательно насаждаемой массовой культурой, приносящей огромную прибыль, но разрушающей традиционную культуру народа и приводящей к смещениям в системе ценностных ориентаций общественного сознания в сторону культурных суррогатов, а следовательно, деформации в самой структуре этнокультуры;
* сохранение российской культурной самобытности и создание условий для обеспечения равной доступности культурных благ, развития и реализации культурного и духовного потенциала каждой личности.
* новыми социально-экономическими условиями и вызовами, стоящими перед образованием и дополнительным образованием в частности в вопросах подготовки и воспитания детей и подростков.

**Новизна программы состоит:**

* в расширении объема изучаемого материала за счет включения в учебный процесс мультимедийных технологий;
* в организации учебного процесса (танцевально-двигательной терапии) детей дошкольного возраста, в основе которого заложен игровой метод.

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

Программа представляет собой логически выстроенную систему, направленную, с одной стороны, на формирование хореографических знаний, с другой стороны, ориентированную на здоровый образ жизни и социальную адаптацию детей. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Цель программы** – раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства, воспитание нравственно-эстетической личности.

Выявление яркости индивидуальностей, развитие свободного и полного проявления способностей каждого при единстве взглядов на искусство. Воспитание чувства коллективизма, способности к продуктивному творческому общению. Развитие художественного вкуса.

**Основными задачами** реализации данной программы являются:

***1. Образовательные:***

* сформировать практические умения и навыки в области хореографии;
* дать определенные теоретические знания в народной хореографии;
* научить чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
* научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.
1. ***Воспитательные:***
* воспитать у обучающихся чувства патриотизма, трудолюбия,
* воспитать чувства доброжелательности, толерантности, взаимоуважения;
* сформировать нравственную культуру детей и подростков;
* выработать у обучающихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации.

***3. Развивающие:***

* приобщить детей к танцевальному искусству;
* сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру;
* развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
* сформировать умение терпимо относится к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;
* развить нравственно-эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное жизни и в искусстве;
* укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

**Отличительной особенностью** представленной программы является то, что наряду с изучением народного танца, обучающиеся знакомятся с лексикой классического танца и современной хореографии.

**Народный танец** – родоначальник всех видов хореографического искусства и профессиональной хореографии. Народно-сценический танец знакомит с сокровищницей народного танцевального искусства, учит пользоваться ею и прививает любовь к этому виду танца, а также предполагает большую работу над характером танца. Система тренажа народно-сценического танца построена на методике преподавания И.Моисеева.

**Классический танец** – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

**Современная хореография** – динамичная развивающаяся система. Она создаёт достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, даёт возможность представить свой взгляд на мир.

Именно эти три направления танца являются основными разделами данной программы.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Партер-хореография», «Постановочная и индивидуальная работа», «Игротека» – система творческих заданий на развитие творческой свободы детей, курс актерского мастерства (выбор упражнений по смотрению педагога).

Характерными особенностями данной программы являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми с использованием инновационных приемов и методов обучения.

**Сроки реализации программы**.

Программа «Гармония танца» предназначена для детей от 5 до 17 лет. Данная программа рассчитана на пять лет обучения.

Предполагаемые возрастные группы:

* первый год обучения – начальная: 5 лет;
* второй год обучения – подготовительная: 6-7 лет;
* третий год обучения – младшая: 8-11 лет;
* четвертый год обучения – средняя: 12-14 лет;
* пятый год обучения – старшая: 15-17 лет.

**Психолого-педагогической особенностью возрастных категорий** обучающихся данной образовательной программы, в связи с изучением разных направлений танца, является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные обучающиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, несмотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья, меняется круг интересов ребенка или увеличивается нагрузка в школе), то всегда есть возможность закончить обучение на определенном этапе. По окончании пятилетнего этапа выдается сертификат об обучении.

**Формы занятий.**

Образовательная программа предполагает групповую, индивидуальную и коллективную формы занятий.

**Режим и продолжительность занятий.**

Количество занятий и учебных часов в неделю и за год:

* первый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (по 30 минут), за год 144 часа;
* второй год обучения – 3 раза в неделю по 2часа (по 30 минут), за год 216 часов;
* 3, 4, 5, год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (по 45 минут) за год 216 часов.

**Количество обучающихся в объединении, их возрастные категории**.

С учетом рекомендаций СанПиНа 2.4.4.3172 (от 04.07.2014 № 41) и определением Устава образовательной организации наполняемость групп составляет:

* первый год обучения 15 человек;
* второй год обучения 12 человек;
* третий год обучения 12 человек;
* четвертый год обучения 10 человек;
* пятый год обучения 10 человек.

Уменьшение числа обучающихся в группах четвертого и пятого года обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

**Особенности набора детей.**

Состав ансамбля в каждом учебном году, в основном, постоянный. Набор детей свободный. Обучающиеся, поступающие в ансамбль, проходят собеседование, направленное на выявление их индивидуальных склонностей к выбранному виду деятельности.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.**

**Общественно-значимые результаты.**  В процессе обучения будет создано творческое содружество детей с преемственностью его участников; повысится престиж ансамбля у родителей, общественности, специалистов; будут достигнуты презентабельные результаты деятельности обучающихся в ансамбле: призовые места в республиканских, российских, международных фестивалях и конкурсах минимум по одному в учебный год.

Обучающиеся приобретают социальные знания (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своим педагогом как значимого для него носителем социального знания и повседневного опыта.

Особенно ценно формирование позитивных отношений обучающихся к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет равноправное взаимодействие учащегося с другими детьми на уровне объединения, т.е. в защищенной, дружественной ему социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде участник получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Личностные результаты.** В результате обучения по программе обучающиеся будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы; научаться чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру; научаться самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения).

У обучающихся сформируется определенная нравственная культура; выработается социальная адаптация, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации; сформируется выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития; сформируется готовность к обучению в вузах и сузах (не только творческой направленности) за счёт повышенной работоспособности, конкурентоспособности; сформируется умение терпимо относится к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании; укрепиться здоровье и физическая выносливость.

**Познавательные результаты.** В процессе обучения обучающиеся научатся проявлять интерес к знаниям, осуществлять поиск необходимой информации в открытом информационном пространстве, в том числе Интернет; анализировать, выделять главное; ориентироваться на понимание причин успеха в своей деятельности, опираясь на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов педагога, друзей, родителей; ставить вопросы, высказывать суждения, делать выводы, аргументировать (защищать) свои идеи.

**Регулятивные результаты:** В результате обучения по данной программе обучающиеся научаться принимать и сохранять учебную задачу, учитывать выделенные педагогом ориентиры действий, планировать свои действия, осуществлять пошаговый и итоговый контроль, адекватно воспринимать оценку педагога, различать способ и результат действия, оценивать свои действия, вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок.

**Коммуникативные результаты.** В процессе обучения обучающиеся научаться допускать и принимать существование различных точек зрения, учитывать различные точки зрения в построении своих действий, формировать собственное мнение и позицию, договариваться и приходить к общему решению, соблюдать корректность в высказываниях, стремиться к координации разных позиций в сотрудничестве, работать в группе.

**Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:**

открытые занятия в течение года;

отчётный концерт в конце творческого года;

участие в городских, региональных, российских и международных конкурсах- фестивалях;

участие в мероприятиях, проводимых Центром дополнительного образования.

**Критериями проверки результативности освоения обучающимися программы предлагается:**

*результаты промежуточной и итоговой аттестаций*

– хореографическая грамотность выполнения;

– соответствие музыкальному сопровождению;

– четкость ритмического рисунка;

– техника выполнения;

– ориентация в пространстве;

– знание теории;

– активность в обсуждении;

– яркость и эмоциональность в подаче движений.

*оценочная форма*

– самооценка;

– оценка педагога;

– оценка участников группы.

*участие в конкурсах и фестивалях различного уровня*

*анкетирование участников, родителей.*

**Контроль за реализацией программы**

При организации воспитательно-образовательной деятельности предусматривается два вида результатов: регистрируемые (очевидные) и нерегистрируемые (неочевидные), тесно взаимосвязанные между собой.

Вводный, промежуточный и итоговый контроли, позволяющие отслеживать уровень усвоения знаний, умений, навыков обучающихся, проходят в самых разнообразных формах: тестирование физических данных, общественный смотр знаний, час вопросов и ответов, видеовикторина, танцевальная гостиная, конкурсы, развлекательно-танцевальные игры. Кроме того с целью отслеживания очевидных результатов проводятся:

**зачетные занятия** (1 раз в месяц). Здесь можно вовремя увидеть слабые места в программе обучения, что-то изменить, скорректировать, а также увидеть слабые и сильные места в работе каждого обучающегося;

**индивидуальный опрос обучающегося** – устный и с показом;

**прием «стоп-кадр»**, когда останавливается вся группа во время исполнения того или иного упражнения и проверяется правильность положения ног, корпуса, рук, исполнения правильности движения одновременно у всей группы;

**опрос обучающихся**, когда анализируется в чем ошибка того или иного участника и как ее надо исправить;

**наблюдение;**

**просмотр видеозаписей концертов;**

**генеральные репетиции в костюмах.**

Неочевидные результаты проследить значительно сложнее. Все же и эти результаты необходимо отслеживать, используя такие методы, как наблюдение за поведением участников в разных ситуациях, в том числе и экстремальных – концертах, конкурсах. Много информации поступает из бесед с классными руководителями обучающихся, которые делятся своими впечатлениями и наблюдениями о положительных изменениях в детях, которые они соотносят и с занятиями хореографией.

Беседы с родителями и, конечно, с самими детьми так же позволяют делать определенные оптимистические выводы о связи занятий хореографией с изменением в уровне эстетического восприятия детей.

**Формой подведения итогов** реализации **программы «Гармония танца»** предполагаются: открытые занятия, промежуточные и итоговые аттестации, контрольные занятия, выступления в различных мероприятиях, концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года проводится отчётный концерт, т.е. оцениваются в основном презентабельные результаты.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов: целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; учёт специфических особенностей региональной культуры; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

**2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** | **ДОТ****теория** | **ДОТ практика** |
| **1.** | Вводное занятие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Раздел Темпо-ритм**: |  |  |  |  |  |
| **2.** | Приветствие. 6 позиция ног.1 танцевальная позиция ног. | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **3.** | Маршировка с высоким подниманием колена на месте и в продвижении | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **4.** | Ход на полупальцах и пяточках | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **5.** | Бег на месте и в продвижении | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **6.** | Семенящий бег на полупальцах | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **7.** | Ход «пингвины» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **8.** | Хлопки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **9.** | Притопы | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **10.** | «Дружные жучки» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **11.** | «Стульчик на пружинке» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **12.** | «Прыгающий мячик» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **13** | Танцевальные игры и игры на воображение | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Партер хореография** |  |  |  |  |  |
| **14.** | «Буратино» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **15.** | «бабочка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **16.** | «кораблик по волнам» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **17.** | «лягушка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **18.** | «лягушка на животике» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **19.** | «колечко» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **20.** | «корзинка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **21.** | «лодочка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **22.** | «мостик» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **23.** | «кошка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **24.** | «танцующие носочки» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **25.** | «полушпагат» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **26.** | «шпагат» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **27.** | «посмотри в окошко» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **28.** | «любопытная лягушка» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **29.** | «лягушка отдыхает» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **30.** | «цапля» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **31.** | «ванька-встанька» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Упражнения у станка** |  |  |  |  |  |
| **32.** | Постановка корпуса по VI позиции ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **33.** | I позиция ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **34.** | II позиция ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **35.** | III позиция ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **36.** | Релеве по VI позиции и I | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **37.** | Деми плие по VI позиции ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **38.** | Сотэ по VI позиции ног | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Разработка моторики пальцев рук** |  |  |  |  |  |
| **39.** | «лягушечьи лапки» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| **40.** | «лапки-царапки» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| **41.** | «быстрые пальчики» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
|  | **Игры на дыхание** |  |  |  |  |  |
| **42.** | «ветерок» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| **43.** | «воздушный шарик» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| **44.** | «насос» | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| **45.** | «под водой» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **46.** | «животик бегемотика» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Ориентация в пространстве** |  |  |  |  |  |
| **47.** | Точки класса | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **48.** | Линия | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **49.** | Колонна | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **50.** | Диагональ | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **51.** | Круг и полукруг | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **52.** | Промежуточная аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **53.** | Итоговая аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **144** | **144** | 0 | 0 |

**2-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** | **ДОТ теория** | **ДОТ практика** |
|  | **Экзерсис исполняется лицом к станку (две руки на станке)** |  |  |  |  |  |
| **1.** | Вводное занятие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **2.** | Музыкально-ритмические движения:Маршировка, хлопки | + | 4 | 4 | 0 | 0 |
|  | **У станка (классика)** |  |  |  |  |  |
| **3.** | Партер-хореография. Точки класса. | + | 4 | 4 | 0 | 0 |
| **4.** | Постановка корпуса | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **5.** | Позиции ног ( VI, I, II, III,V) | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **6.** | Releves по VI, I, II, III позициям ног | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **7.** | Demi plie (VI, I, II, III) | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **8.** | Grand plie (VI, I, II, III) | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **9.** | Battement tendu «крестом» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **10.** | Battement jete «крестом» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **11.** | Rond de jambe par terre. Перегибы корпуса | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **12.** | Sur le cou de pied (основное и условное) | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **13.** | Passe | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **14.** | Battement releve lent «крестом» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **15.** | Растяжка в сторону | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **16.** | Grand batement jete «крестом» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **17.** | Temps sauté по VI,I,II позициям ног | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **18.** | Подготовительное положение рук. Позиции рук - I, III . | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
|  | **Середина (народный)** |  |  |  |  |  |
| **19.** | Положение рук народного танца. Русский поклон | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **20.** | Ход вперед. Ход на полупальцах | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **21.** | Одинарная дробь | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **22.** | Притоп  | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **23.** | Подскоки | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **24.** | Вращение на месте «держать точку» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **25.** | Бег на месте и в продвижении | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **26.** | «Гармошка» | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **27.** | Для мальчиков – удар ладонью по бедру сверху | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **28.** | Присядка по VI, I позициям | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **29.** | Pas shene по прямой линии | + | 5 | 5 | 0 | 0 |
| **30.** | **Постановочная работа** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| **31.** | Промежуточная аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **32.** | Итоговая аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **216** | **216** | 0 | 0 |

**3-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** | **ДОТ теория** | **ДОТ практика** |
|  | **Экзерсис ( одна рука на станке)** |  |  |  |  |  |
| 1. | Вводное занятие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 2. | Releve по V позициии ног | + | 1 | 1 | 0 | 0 |
| 3. | Demi plie, grand plie по V позиции | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 4. | Battement tendu по V позиции | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 5. | Battement jete по V позиции | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 6. | Rond de jambe par terre из V позиции | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 7. | Комбинация sur le cou de pied-passe | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 8. | Battement developpe | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 9. | Растяжка в трех направлениях | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 10. | Grand battement jete по V позиции ног | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Середина (классика)** |  |  |  |  |  |
| 11. | I port de bras | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 12. | III port de bras | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Середина (народный)** |  |  |  |  |  |
| 13. | Pas shene по диагонали | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 14. | Вращение «бег в повороте» | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 15. | Шаг вальса по прямой | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 16. | Веревочка, моталочка | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 17. | Прыжки с поджатыми ногами по 6 поз. | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 18. | Припадание | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 19. | Ковырялочка, молоточки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 20. | Двойная дробь | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 21. | Тройная дробь | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 22. | Притоп с двойным ударом | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 23. | Притоп с тройным ударом | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 24. | Переменный шаг вперед и назад | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 25. | Присядки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 26. | Простые хлопушки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 27. | Простые нижние трюки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 28. | **Современная хореография** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| 29. | **Постановочная работа** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| 30. | Промежуточная аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 31. | Итоговая аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **216** | **216** | 0 | 0 |

**4-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** | **ДОТ теория** | **ДОТ практика** |
| **1.** | Вводное занятие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Экзерсис (классика)** |  |  |  |  |  |
| **2.** | Комбинация releve | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **3.** | Комбинации demi - grand plie | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **4.** | Комбинации battement tendu – jete | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **5.** | Комбинации rond de jambe | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **6.** | Комбинации аdajio | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **7.** | Растяжка | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **8.** | Комбинации grand battement jete | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **9.** | Комбинации тemps saute | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| **10.** | Changemant de pied | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **11.** | Pas eschappe | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **12.** | Pas assemble | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **13.** | Аллегро | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **14.** | II, IV, V, форма port de bras | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **15.** | Pas balance, шаг вальса по кругу | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Середина (народный)** |  |  |  |  |  |
| **16.** | Положение рук народного танца | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **17** | Ключ | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **18.** | Падебаск партерный | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **19.** | Комбинации дробных выстукиваний | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **20.** | Русские ходы | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **21.** | Пируэт по V позиции | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **22.** | Пируэт по VI позиции en dehors | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **23.** | Тур по VI позиции (по точкам) | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **24.** | Pas shene по кругу | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **25.** | Бег в повороте по кругу | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **26.** | Голубец | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **27.** | Трюки низовые | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **28.** | Трюки верхние | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **29.** | Комбинации присядок | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **30.** | Комбинации хлопушек | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **31.** | **Современная хореография** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| **32.** | **Постановочная работа** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| **33.** | Промежуточная аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| **34.** | Итоговая аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **216** | **216** | 0 | 0 |

**5-й год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** | **ДОТ теория** | **ДОТ практика** |
| 1. | Вводное занятие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **Народно-характерный экзерсис:** |  |  |  |  |  |
| 2. | Релеве по VI позиции ног | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 3. | Деми и гранд плие | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 4. | Батман тандю №1 | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 5. | Батман тандю №2 | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 6. | Батман тандю №3 | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 7. | Батман тандю №4 | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 8. | Батман тандю №5 | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 9. | Ронд де жамб партер | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 10. | Батман фондю | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 11. | Па тортье | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 12. | Дробная комбинация | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 13. | Дубль флик | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 14. | Адажио | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 15. | Гранд батман жете | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Экзерсис у станка (классика)** |  |  |  |  |  |
| 16. | Battement frapper | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 17. | Battement fondu | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 18. | Attitude вперед, назад | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 19. | Arabesque | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 20. | VI форма port de bras | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
|  | **Середина (народный)** |  |  |  |  |  |
| 21. | Кабриоль | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 22. | Усложненные дробные комбинации | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 23. | Усложненные комбинации хлопушек | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 24. | Трюки | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 25. | Туры по 6 позиц. с поджатыми ногами | + | 3 | 3 | 0 | 0 |
| 26. | **Современная хореография** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| 27. | **Постановочная работа** | + | 72 | 72 | 0 | 0 |
| 28 | Промежуточная аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
| 29. | Итоговая аттестация | + | 2 | 2 | 0 | 0 |
|  | **ИТОГО:** |  | **216** | **216** | 0 | 0 |

**3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Содержание программы 1-го года обучения**

**Темпо-ритм** – основная часть занятий на подготовительном этапе обучения детей танцу. Это сочетание различных движений, ритмических упражнений и музыки. На занятиях ритмикой у детей в игровой форме развивается элементарная координация, чувство ритма и активная эмоциональная реакция на музыку. Шаги, бег, прыжки к более сложным движениям. Танцевальные комбинации и этюды должны носить светлые и жизнерадостные мотивы. Для развития чувства ритма могут использовать приемы ритмопластики.

В первом году обучения дети знакомятся с техникой безопасности и правилами поведения в хореографическом зале.

**Первоочередное внимание уделяется темпо-ритму**, умению выполнять движение с заданным ритмом музыкального произведения.

* хлопки;
* притопы;
* приставные шаги вперед-назад-в сторону;
* «куклы в магазине» - упражнения для шеи;
* «дружные жучки» - передвижение по полу: руки-ноги, руки-колени;
* «стульчик на пружинке» - разработка подвижности коленного сустава и ахиллового сухожилия;
* «прыгающий мячик» – прыжки на легкость и высоту, по 6 позиции ног.

**Изучение ходов и бега:**

* маршировка с высоко поднятым коленом на месте и в продвижении;
* ход на полупальцах, на пяточках;
* бег на месте и в продвижении;
* семенящий бег на полупальцах;
* ход «пингвины».

**Участники ансамбля научатся мыслить и танцевать образно**. Для этого в течение всего года используются танцевальные игры и игры на воображение, игры на свободную фантазию.

**У станка:**

Начальные основные движения классического танца, изучение позиций ног (VI, I, II, III); постановка корпуса; releve; demi plie; sauté.

**В образно- игровой форме проходит партер хореография:**

 «Буратино» – прямая спина, прямая шея, прямые руки вниз к полу;

 «бабочка» – сидя по полу, движения коленями к полу и от пола вверх;

 «кораблик по волнам» – сидя на полу, колени в стороны: покачивание корпуса из стороны в стороны, увеличивая амплитуду колебания;

 «лягушка» – сидя на полу, колени прижаты к полу – вытягивая руки вперед, лечь животиком на пол;

 «лягушка» – лежа на животе, подтянуть колени к себе, прижимая их к полу;

«колечко» – лежа на животе, опираясь на руки, прогибаясь назад достать ногами до головы;

 «корзинка» – лежа на животе, обхватить ноги руками и, вытягивая ноги вверх, выполнять прогиб корпуса;

«лодочка» – лежа на животе, поднимаются вытянутые руки и ноги;

«мостик» – с положения лежа на спине (при помощи педагога);

 «кошка» (сердитая и добрая) – в упоре на руки и колени: прогнуть спину вверх и сесть на пяточки. «Проехать» грудью и животом по полу, прогибая спину вниз;

«танцующие носочки» - работа со стопой;

«цапля» - упражнение на выработку апломба (устойчивости);

«полушпагат», «шпагат» - упражнения на растяжку;

«посмотри в окошечко»;

 «любопытная лягушка»;

 «лягушечка отдыхает»;

 «колобок» - перекат корпусом спины по коврику вперед-назад;

 «ванька-встанька»- наклонный корпуса вперед-вниз.

**Уделяется внимание разработке моторики пальцев рук**:

«лягушечьи лапки»

«лапки-царапки»

«пальчики друг за другом».

**Важным моментом в работе с детьми первого годы обучения является работа с дыханием**. С этой целью вводятся следующие упражнения:

«ветерок»

«воздушный шар»

«насос»

«под водой»

«животик бегемотика».

Здесь же, на первом году обучения, участники получают основные **навыки ориентации в пространстве**:

Желательно 8 точек класс. Если сложно, четыре из них (1, 3, 5, 7) – обязательно;

Линия;

Колонна;

Диагональ;

Круг и полукруг

Сужение и расширение круга;

После свободного перемещения по залу – быстро выйти на заданную позицию.

**Содержание программы 2-го года обучения**

В начале второго года обучения необходимо уделить особое внимание изучению темпа, ритма музыки; понятий «сильная» и «слабая» доля, «такт» и «затакт». Научить считать музыку. Сочетать звуковой счет с ритмичными движениями рук и ног (используя хлопки, удары ногой). Научить определять быстрый темп и медленный. Уметь четко и быстро переходить с одного темпа на другой. Участники обязательно должны различать музыкальные произведения 2/4, 4/4, ¾. И, естественно, двигаться в соответствии с этим размером музыки. Уместно включать игровые формы. На этом этапе используется партер-хореография.

Задачами второго года обучения являются:

– продолжение работы над осанкой, координацией, чувством ритма и развитием двигательной памяти;

– уделение большего внимания развитию музыкальности, пластичности движения, эмоциональности выражения движения;

– начало работы над выворотностью и танцевальностью;

– изучение сценического пространства и сценической культуры.

В дальнейшем участники ансамбля танца знакомятся с азами классического танца. Все упражнения экзерсиса выполняются лицом к станку. Заострить внимание на правильную осанку, постановку корпуса. Развивать «мышечное чувство». Развивать уверенность в себе и осознанное выполнение каждого движения ног, рук, поворота головы.

Данный этап обучения базируется на системе классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений.

В этом же году вводится изучение простых движений народно-характерного танца.

На втором году обучения закладывается музыкальная и хореографическая основа всей дальнейшей деятельности участника.

В результате освоения программы второго года обучения обучающиеся должны знать и правильно выполнять следующие движения классического экзерсиса (2-й этап изучения по «Школе классического танца»)

**У станка (две руки на станке):**

1. Постановка корпуса в позициях ног VI, I, II,III, V.
2. Releve по VI, I, II,III позициям ног.
3. Demi plie, grand plie (VI, I, II, III, позиции).
4. Battement tendu по I позиции ног («крестом»).
5. Beattement tendu jete по I позиции ног («крестом»).
6. Rond de jamb par terre en dehors, en dedans. Перегибы корпуса назад.
7. Основное и условное положение ноги на sur le cou-de-pied.
8. Passe.
9. Adajio - releve lent («крестом»).
10. Растяжка (в сторону).
11. Grand battement jete по I позиции ног («крестом»).
12. Temps sauté (по VI, I, II, позициям ног).

**На середине:**

1. Точки класса. Положение еn fase, epoulemant.
2. Подготовительное положение рук. Позиции рук - I, III.
3. Вращение на месте «держать точку» (переступая двумя ногами).
4. Temps sauté по VI позиции ног.

 В конце учебного года участники должны владеть навыками исполнения простейших танцевальных движений:

1. Положение рук на поясе. Русский поклон
2. Открытие и закрытие рук народного танца в медленном и быстром темпе.
3. Простой шаг в продвижении вперед и назад.
4. Ход на полупальцах.
5. Одинарная дробь (изучение начинать у станка).
6. Притоп одинарный.
7. Подскоки на месте и в продвижении.
8. Подскоки с переступанием на месте и с продвижением.
9. Галоп.
10. Бег на месте и в продвижении.
11. «Гармошка».
12. Pas shene (по прямой линии).
13. Хлопушка для мальчиков – удар ладонью по ноге сверху, по голенищу.
14. Присядка по VI, I позиции.

**Постановочная работа**

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз. При продвинутом классе возможна постановка полонеза с простым рисунком.

В конце второго года обучения дети будут:

владеть навыками постановки корпуса (держать осанку);

иметь простые навыки комбинированных движений;

знать простые музыкальные размеры 2\4,3\4,4\4 и владеть римическим рисунком исполнения движений;

уметь ориентироваться на сценической площадке;

иметь представление о сценической культуре;

уметь самостоятельно создавать эмоционально-двигательный образ.

**Содержание программы 3-го года обучения**

Основными задачами третьего года обучения являются: продолжение работы над постановкой корпуса, освоение основных движений классического тренажа у станка и на середине зала, работа над выворотностью и натянутостью ног. Вводится положение epaulement croise et efface на середине зала. Классический экзерсис выполняется в положении – одна рука на станке.

На середине усложняются движения народно-характерного танца.

На данном этапе обучения вводится изучение современной хореографии, современной пластики.

В результате освоения программы 3-го года обучения обучающиеся должны знать и уметь правильно выполнять:

**Классический экзерсис у станка (одна рука на станке)**

Releve по V позиции ног

Demi plie, grand plie ( V позиции ног)

Battement tendu по V позиции ног, «крестом»

Battement jete по V позиции ног, «крестом»

Rond de jamb par terre из V позиции ног и перегибы корпуса вперед, назад.

Кобинацию sur le cou-de-pied - passe

Battement developpe

Растяжка в трех ракурсах

Grand battement jete "крестом" по V позиции ног.

**Движения классического танца на середине**

I, III форма port de bras

Temps sauté – V позиции ног (начинать у станка)

Вращение «держать точку» (с опорой на одну ногу)

Shene по диагонали

Шаг вальса по прямой, по диагонали, по кругу (вперед и назад)

**Движения народно-характерного танца**

вращение «бег в повороте»

прыжки по VI позиции ног с поджатыми ногами

«веревочка» - изучение начинать у станка

«припадание» - изучение начинать у станка

«ковырялочка» - изучение начинать у станка

двойная дробь – изучение начинать у станка

тройная дробь – изучение начинать у станка

притоп с двойным и тройным ударом

переменный шаг в продвижении вперед и назад для мальчиков

разнообразные виды присядок

небольшие комбинации хлопушек

«бочонок»

«подсечка»

 «закладка».

**Движения современной хореографии.**

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка ознакомить детей со многими направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец.

Программой по данному предмету предусмотрены практические занятия. Основу занятий составляет тренаж джаз-модерн танца. Эта дисциплина вводится в программу после того как освоены основы классического и народного танца. Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу.

 Задача подготовительного уровня – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

**Раздел «Изоляция»**

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.
3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.
4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Jelly roll.
5. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

**Раздел «Упражнения для позвоночника»:**

Flat bask вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend.Twist и спираль.

**Раздел «Координация»:**

Свинговое раскачивание двух центров.

Параллель и оппозиция двух центров.

Принцип управления “импульсивные цепочки”.

Координация движений рук и ног, без передвижения.

Раздел “Уровни”:

Основные уровни: “стоя, “сидя, “лёжа”.

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

Упражнения на contraction и release в положении «сидя».

Движения изолированных центров.

**Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»**

Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.

Шаги по квадрату.

Шаги с мультипликацией.

Основные шаги афро-танца.

Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.

Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.

Прыжки: hop, jump, leap.

**Содержание программы 4-го года обучения**

Основными задачами обучения являются: выработка навыков правильности и чистоты исполнения. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт использования поз и введения элементарного abajio. Начинается изучение pirouettes. И в классическом, и народно-характерном танце отдельные движения соединяются в комбинации. Обращать внимание на подачу движений в эмоциональной окраске.

В народно-характерном танце на середине – введение новых движений, дробных выстукиваний, комбинаций хлопушек и присядок, трюков.

В современной хореографии – усложнение изученных элементов.

**Классический экзерсис у станка (классика)**

Комбинация releve

Комбинация demi plie- grand plie

Комбинация battement tendu - battement jete

Комбинация rond de jamb par terre

Комбинация adajio

Растяжка в трех ракурсах

Комбинация grand battement jete

Комбинация temps sauté

**Движения классического танца на середине**

Changmant de pied

Pas eschappe

Pas assemble

II, IV, V форма port de bras

Pas balance, шаг вальса по кругу

Пируэт по V позиции

Pas soutenu как поворот, у станка и на середине

Аллегро

**Движения народно-характерного танца на середине**

 «Ключ»

Падебаск партерный

Комбинации дробных выстукиваний и русские ходы

Пируэт по VI позиции en dehors

Тур в VI позиции (начинать по точкам)

Вращение по кругу

«Голубец»

Трюки низовые и верхние

Комбинации присядок и хлопушек

**Движения современной хореографии**

Основными задачами этого года обучения являются дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Многие упражнения усложняются, например, упражнения на изоляцию могут совершаться в полиритмии, вращения менять уровни, сочетаться с контактным взаимодействием.

 Вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении “стоя” и “сидя”.
5. Упражнения стрэч-характера во всех положениях: “сидя”, “лёжа”, “стоя у станка”.
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.
8. Раздел “Разогрев”:
9. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)
10. Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса.
11. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

**Раздел «Изоляция»**

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

**Раздел «Координация»**

1. Бицентрия: движение двух центров в параллель и оппозицию.
2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.
3. Трицентрия в параллельном направлении.
4. Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках.
5. Использование различных ритмов в использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентированно и резко.

**Раздел «Упражнения для позвоночника»**

1. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll (“волна” передняя, задняя, боковая).

2.Соединение в комбинации движений, изученных ранее.

3.Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

**Раздел «Уровни»**

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

**Раздел «Кросс. Передвижение в пространстве»**

1. Комбинации шагов, соединенными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногох и на одной ноге).
2. Использование contraction и release во время передвижения.
3. Вращение как способ передвижения в пространстве.
4. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
5. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

**Содержание программы 5-го года обучения**

На этом этапе обучения закрепляется азбука классического танца, точность и чистота исполнения движений; вырабатывается устойчивость на полупальцах. Идет работа над координацией, выразительностью поз, дальнейшим развитием силы и выносливости за счет ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях. В классическом экзерсисе переход на исполнение движений в совершенной форме (затактной).

Вводится изучение народно-характерного тренажа у станка. Народно - характерный экзерсис развивает те мышцы, суставы и связки, которые были не полностью развиты упражнениями классического экзерсиса. Особенность народно-характерного экзерсиса является активность движений коленного и голеностопного суставов опорной ноги. При выполнении упражнений экзерсиса внимание педагога должно быть направлено на профессиональную грамотную постановку корпуса, рук, ног и головы.

Для экономии времени – постепенно заменяем классический экзерсис на народный. На начальном этапе все движения даются в «чистом» виде без подтанцовок. Затем, когда участники уже прочувствовали характер музыки и овладели техникой, подключается танцевальное сопровождение. Упражнения у станка, по возможности, должны соответствовать с проходимым материалом народного танца на середине зала. Это поможет усвоению технических особенностей танца, его выразительной национально-точной манере исполнения.

На середине в народно-характерном танце вводится больше разнообразных ритмических рисунков. Предлагаются более танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения.

**Народно-характерный тренаж у станка**

Элементы народно-характерного экзерсиса в сочетании с танцевальными комбинациями.

= Releve по VIпозиции ног;

= Demi и grand plie по I, II, III, V позициям

= Battements tendus № 1 и battements tendus jetes;

= Battements tendus № 2;

= Battements tendus № 4;

= Battements tendus № 3;

= Battements tendus № 5;

= Ronde de jambe;

= Battement fondu;

= Pas tortille;

=Дробные выстукивания;

= Flic – flac;

= Adajio;

= Grand battements jetes;

**Движения классического экзерсиса у станка**

= Battement fondu

= Battement frapper

= Attitude вперед, назад

**Движения классического танца на середине**

= Arabesque ( I, II, III, IV)

= VI форма port de bras

= комбинации allegro

**Движения народно-характерного танца на середине**

 = пируэт en dehors

 = туры по VI позиции с поджатыми ногами

 = пируэты по V позиции

 = кабриоль

 = усложненные дробные комбинации, комбинации хлопушек, несложные верхние трюки

**Элементы, связки и комбинации современной хореографии.**

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

Использование падений и подъёмов во время комбинаций.

Вводятся танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

**4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Процесс обучения выстраивается на основе традиционных дидактических принципов (наглядности, научности, сознательности и активности и т.д.) и современных (деятельности, непрерывности, целостности, минимакса, психологической комфортности, вариативности, творчества).

В зависимости от задач, решаемых на занятиях, следует варьировать использование различных форм организации учебной деятельности учащихся: индивидуальной, парной, групповой, коллективной.

Учебный процесс может протекать как в традиционной форме (комбинированное занятие, усвоения нового материала, закрепления изучаемого материала, контроля) так и нетрадиционных формах: экскурсии, праздники. Практическая часть занимает основную часть времени и является центральной частью занятия. Каждое занятие завершается проведением рефлексии.

Образовательный процесс предполагает применение интерактивных методов обучения и различных педтехнологий, например, целеполагания, здоровьесберегающих, игровых, мультимедиа, методика работы с Интернет-технологиями (путешествие по сети Интернет, посещение танцевальных сайтов, поиск специальной литературы и необходимой информации по хореографии, школьная сеть, электронная почта, форум, RSS-поток (для лент новостей, новостных рассылок).

Использование методических видеоматериалов в процессе обучения таким практическим профилирующим дисциплинам, как классический танец, народно-сценический танец, русский народный танец и другие хореографические жанры.

Просмотр готовых дисков по народному танцу в исполнении профессиональных ансамблей позволяет познакомиться с культурой и фольклором различных народов не только нашей республики, но и мира (способствует воспитанию толерантности). Видеосъемка учебных занятий помогает увидеть ошибки в исполнении танцевальных движений, понять и со временем устранить их. Запись концертных номеров с последующим обсуждением дает возможность увидеть себя со стороны во время исполнения танцевального номера, формирует правильное отношение на критические замечания педагога и сверстников. Позволяет формировать адекватную самооценку.

При условии систематического использования информационных технологий в учебно-творческом процессе в сочетании с традиционными методами обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии.

На каждом занятии необходимо систематически проводить работу по формированию и развитию УУД: личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных.

При обсуждении изучаемого материала желательно использовать такие формы и методы как диалог, выяснение различных точек зрения, изучение понятий. Важно создавать проблемную ситуацию, вводить участников в обстановку поиска, исследования. Педагогу нужно стремиться к тому, чтобы эстетические и этические суждения не давались в готовом виде, а вытекали из логики фактов, были сформулированы самими обучающимися.

При формировании заданий следует применять дифференцированный подход, что позволит учесть психологические особенности учащихся, уровень их подготовки и способностей.

Важно тщательно подбирать учебный материал для заданий развивающего характера. Это не только активизирует познавательную деятельность детей и способствует их общему развитию, но и повышает мотивацию к занятиям.

Педагогу важно заботиться о создании на занятиях атмосферы доброжелательности, уважения, взаимопомощи, эмоционально и психологически комфортной обстановки.

Подведение итогов по результатам освоения программы может быть в различных формах, таких как промежуточная и итоговая аттестации, открытые занятия, мастер-классы, концерты, конкурсы.

В конце года проводится отчетный концерт, участие в котором принимают все обучающиеся и их родители.

**Рекомендации к музыкальном сопровождению занятия по хореографии**

Музыкальный материал зависит от построения занятия. Для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера. Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю. В разделе «Упражнения для позвоночника» возможны разные музыкальные размеры, но не стоит особо усложнять ритм. В разделе «Кросс» выбор музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал должен соответствовать разделу занятия, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач.

В процессе обучения возможны изменения и корректировки (ориентируясь на степень освоения учебного материала обучающимися).

**Постановочная работа**

Постановочная работа определяется педагогом в зависимости от пройденного объёма программы и подготовленности участников ансамбля, а также наличие у педагога интересного танцевального и музыкального материала. В зависимости от этих факторов репертуар коллектива может быть разнообразным и строиться не только на материале данной программы.

 На каждом этапе обучения происходит усложнение танцевальной лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал соответствует эмоциональной возрастной реакции детей на музыку, характер музыки – жизнерадостный, возможны различные обработки детских песен и народной музыки в эстрадном варианте.

Разделы программы предполагают постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов танцев образовательной программы. В зависимости от подготовленности участников ансамбля возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла, идеи или воплощения определенного сюжета. Любой музыкальный материал, соответствующий хореографическому замыслу. Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности обучающихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 4 до 6 танцевальных номеров в год, в том числе сольных.

**5. ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Для успешной реализации данной программы необходимо

**Материально-техническое обеспечение:**

* большое, светлое и хорошо проветриваемое помещение;
* раздевалки (для девочек и для мальчиков);
* хореографический станок;
* зеркальная стенка;
* аудио и видеовоспроизводящая аппаратура;
* монитор;
* костюмы и обувь для занятий и танцевальных номеров для концертных выступлений;
* определенные источники финансирования для пошива костюмов и обуви, поездок на различные конкурсы и фестивали (проживание, питание, транспорт), аренда зала для выступлений;
* концертный зал для выступлений.

**Информационное обеспечение:**

* мультимедийные учебные пособия;
* информационно-компьютерная поддержка учебного процесса.

**Дидактическое обеспечение:**

* фотостенды, отображающие деятельность коллектива, награды, дипломы;
* учебные комплексы;
* альбом-фотолетопись ансамбля.

**Кадровое обеспечение:**

* наличие трех педагогов.

**6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКТ", 2010.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000.
3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2012
4. Выготский П.С. Воображение и творчество в детском возрасте. М., 1991.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет. Пособие для музыкальных руководителей ДОУ. – М.: Издательство "Гном и Д", 2004.
6. Гиглаури В.Т.Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства. – М., 2013.
7. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России – М.: Просвещение, 2009.
8. Демин В.П. Воспитание чувств. – М., 1980.
9. Джозеф С., Хавилер З. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Издательство «Новое слово», 2007.
10. Затямина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика. Учебно-методическое пособие . 2-е изд., испр.,доп. – М.: «Планета», 2013.
11. Захаров Р.В. Работа балетмейстера с исполнителями. – М., 1997.
12. Константиновский В. Учить прекрасному. – М., 2012.
13. Куприянов Б.В. Программы в учреждении дополнительного образования детей: учебно-методическое пособие – М.: НИИ школьных технологий, 2011.
14. Костровицкая В.С.«100 уроков классического танца». Ленинград. 1972.
15. Киселев М. Современный ребенок и эстетическое воспитание. // Педагогика. – 1994. – № 8. – С.12-28
16. Матяшина А.А. Образовательная программа "Путешествие в страну «Хореография». Програм.-методическое пособие. Под ред. Мерзляковой С.И. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС. 2003.
17. Моисеев И.А. Я вспоминаю… – М., 1998.
18. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений». Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2 - 2-е изд. – М.: ГОУ ЦР, 2015.
19. Приложение к журналу «Внешкольник». – 2001. – № 5. – С. 7-21 Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
20. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – М., 2006.
21. Поляков С.Д. Технологии воспитания: учебно-методическое пособие – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.
22. Слыханова В. Формирование движенческих навыков (движения и элементы мужского народного танца).
23. Ткаченко Т.С. Народный танец. М: Искусство, 2004.
24. Тарасов Н. Классический танец. М., 2001.
25. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн- Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
26. Шершнев.В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.

**Литература для обучающихся**

1. Барышникова Т.А. «Азбука хореографии» (Внимание: дети), Москва, 1999.
2. Детский хореографический журнал «Студия Пяти-па». Москва.
3. Фетисова Е. Маскимова и Васильев. – М.,1999.
4. Моисеев И. Я вспоминаю…М., 1998.

**Цифровые образовательные ресурсы**

1. e-mail:intermax@mail.ru.
2. [it-n.ru](http://www.it-n.ru/) Сеть творческих учителей.
3. dopedu.ru Информационно-методический портал Дополнительное образование.
4. art-history.ru Информационно-исторический портал об истории и современности культуры и искусства.

**Нормативно-правовая база программы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 г.;
3. Конвенция о правах ребенка;
4. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования» г. Балаково Саратовской области.
5. Научно-методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ дополнительного образования детей в организациях разной ведомственной принадлежности и форм собственности», составленные доцентами кафедры теории и методики обучения и воспитания ГАУ ДПО «СОИРО» Поляковой Н.А., Мочаловой О.И. (в редакции 2015 г.)