

Управление образования администрации Гурьевского городского округа

муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр»

Рассмотрена на заседании
методического совета

от « 13 » « июня » 2018 г.
Протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДЮЦ
Л.В. Кулакова

Приказ № 95 от « 16 » « 07 » 2018 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Мир танца»

(углубленный уровень)

Возраст учащихся: 11-18 лет

Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Глевицкая Вероника Анатольевна
(ФИО)
педагог дополнительного образования
(должность)

г. Гурьевск
2018 г.

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Мир танца»** имеет **художественную направленность** и направлена на формирование целостной, организованной, творческой, гармонично развитой личности.

Новизна данной программы заключается в организации учебного процесса – в программу входит изучение различных хореографических дисциплин, таких как классический танец, народно-сценический танец, современный танец, эстрадно-балльный танец. Каждое занятие охватывает темы разных разделов, не нарушая систему знаний.

Актуальность предлагаемой программы определяется в значительной популярности хореографии как искусства среди различных возрастных групп, а особенно среди детей среднего школьного возраста.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что данная комплексная программа реализует **основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:**

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Отличительной особенностью образовательной программы от уже существующих является включение в содержание раздела «Актерское мастерство». Целью этого раздела является эмоциональное раскрепощение обучающихся, так как движение без эмоций не может передать всю свою суть.

Программа **адресована** детям среднего и старшего школьного возраста (11-17 лет), с учетом их возрастных особенностей, занимающимся в МБУ ДО ДЮЦ на базе МБОУ «Храбровская СОШ», без специальных данных, но увлекающимися танцами и желающими научиться танцевать.

Условия набора учащихся

Набор учащихся осуществляется на бесконкурсной основе, в объединение принимаются все желающие, по результатам медицинского осмотра не имеющие медицинских противопоказаний. Главная задача – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Количество учащихся

В группе 1 года обучения – 12-15 человек.

В группах второго и последующих годов – 10-12 человек.

Уменьшение числа учащихся в группе на втором и последующих годах обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

Объем и срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 5 лет обучения:

1 год обучения – **144 часа**;

4 год обучения – **216 часов**;

2 год обучения – **144 часа**;

5 год обучения – **216 часов**.

3 год обучения – **144 часа**;

Общий объем образовательной программы – **864 часа**.

Формы и режим занятий

Образовательная деятельность осуществляется в течение всего учебного года, с 1 сентября по 31 мая, без каникул.

Комплектование в группы производится с 1 июня по 1 сентября текущего года для групп второго и последующих годов обучения, и до 10 сентября – для первого года обучения.

Обучение осуществляется в **очной форме**.

Режим занятий 1-3 год обучения:

2 занятия в неделю. Продолжительность занятия – два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Режим занятий 4-5 год обучения:

3 занятия в неделю. Продолжительность занятия – два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Максимальная учебная нагрузка составляет 6 часов в неделю.

Основной **формой организации деятельности учащихся** является практическое групповое занятие.

Используются различные методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, лекция);
- наглядный (показ, демонстрация, экскурсия);
- практический (выполнение физических упражнений, разучивание танцевальных движений);
- объяснительно-иллюстративный метод;
- метод проблемного изложения материала.

Схема построения занятия на всех этапах и уровнях обучения одинакова:

1. Подготовительная часть - постановка целей, разминка;
2. Основная часть - разучивание движений, постановка танца;
3. Заключительная часть - рефлексия.

На протяжении всего обучения учащиеся изучают такие танцевальные направления как классический, народно-сценический, современный и эстрадно-балетный танцы. Так же проводятся занятия по актерскому мастерству. Кроме этого, учащиеся активно заняты творческой деятельностью – подго-

товка концертных номеров и выступления на концертах, фестивалях конкурсах.

Для учащихся, проявляющих стойкий интерес к занятиям и показывающих высокие результаты, возможно формирование индивидуального образовательного маршрута, включающего самоподготовку, индивидуальные консультации, подготовку к участию в фестивалях и конкурсах в сольных номинациях.

Сложность программы соответствует возрастным особенностям учащихся. Кроме того, образовательная программа позволяет использовать на практике знания, полученные учащимися в процессе обучения по программе «Ритмика и танец», реализующейся в МБУ ДО ДЮЦ г. Гурьевск на базе МБОУ «Храбровская СОШ».

Механизм оценивания образовательных результатов

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Важным элементом механизма оценивания образовательных результатов является рейтинг творческой активности учащихся в конкурсах, выставках и иных мероприятиях различных уровней.

В качестве формы контроля реализации образовательной программы используется:

- промежуточные зачеты и тестирования по разделам;
- показы на открытых уроках;
- выступления на концертах в учреждении и вне учреждения;
- результаты конкурсных работ на муниципальных, областных, всероссийских, международных фестивалях/конкурсах.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – развитие творческой личности ребенка, способного к творческому самовыражению, средствами хореографического искусства, а также обучение разным видам танца.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следующие **задачи**:

1. Обучающие:

- познакомить детей с историей, терминологией и жанрами хореографии;
- научить понимать музыкальные фразы, выразительно и легко двигаться;
- сформировать хореографические умения и навыки на основе программного материала;

2. Развивающие:

- развивать и совершенствовать физические способности, воображение и образное мышление, творческую активность и индивидуальность детей, укрепляя их здоровье;
- пробуждать и развивать потребность творческого самовыражения в различных жанрах танцевального искусства (классический, современный, народный, эстрадно-балльный танец);

3. **Воспитательные:**

- воспитывать культуру поведения в коллективе, умение преодолевать трудности, упорство, дисциплину, аккуратность.
- воспитывать интерес к истории танцев народов мира, к жизни и особенностям профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- воспитывать детей в гармонии с собой и с миром.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ					
Введение		2	2	-	Опрос
1.	Вводное занятие	2	2	-	
Раздел 1 «Азбука классического танца»		34	11	23	Результат практикума
1.	Введение в классический танец	10	6	4	
2.	Экзерсис у станка	14	2	12	
3.	Экзерсис на середине зала	6	2	4	
4.	Прыжки	4	1	3	
Раздел 2 «Современный танец»		30	5	25	Результат практикума
1.	Разогрев	8	2	6	
2.	Изоляция	4	1	3	
3.	Упражнения в партере	8	2	6	
4.	Развитие основных физических показателей	6	-	6	
5.	Импровизация	4	-	4	Результат практикума
Раздел 3 «Эстрадно-балльный танец»		34	7	27	
1.	Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений	2	-	2	
2.	Введение в балльную хореографию	2	1	1	
3.	Основы музыкальных ритмов	2	2	-	
4.	Танцы европейской балльной программы	16	2	14	
5.	Танцы советской балльной программы	8	1	7	
6.	Историко-бытовые танцы	4	1	3	

Раздел 4 «Актёрское мастерство»		8	2	6	Результат практикума
1.	Актёрские тренинги и упражнения	8	2	6	
Раздел 5 «Композиция и постановка танца»		34	-	34	Участие в концертных номерах, выступления на фестивалях/ конкурсах
1.	Основы композиции и постановки танца	4	-	4	
2.	Танцевальные этюды	6	-	6	
3.	Постановочная и репетиционная работа	24	-	24	
Аттестация		2	1	1	Результат тестирования, практических заданий
	Промежуточная аттестация	2	1	1	
Итого часов:		144	28	116	
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ					
Введение		2	2	-	Опрос
1.	Вводное занятие	2	2	-	
Раздел 1 «Азбука классического танца»		30	5	25	Результат практикума
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 1-го года обучения	6	-	6	
2.	Экзерсис у станка	10	2	8	
3.	Экзерсис на середине зала	8	2	6	
4.	Прыжки	6	1	5	
Раздел 2 «Современный танец»		34	4	30	Результат практикума
1.	Разогрев	6	1	5	
2.	Изоляция	6	1	5	
3.	Упражнения в партере	8	1	7	
4.	Кросс	10	1	9	
5.	Импровизация	4	-	4	
Раздел 3 «Эстрадно-балльный танец»		34	7	27	Результат практикума
1.	Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений	2	-	2	
2.	Основы музыкальных ритмов	2	2	-	
3.	Введение в балльную хореографию и танцевальная этика	2	1	1	
4.	Танцы европейской балльной программы	18	2	16	
5.	Танцы советской балльной программы	6	1	5	
6.	Историко-бытовые танцы	4	1	3	
Раздел 4 «Актёрское мастерство»		8	2	6	Результат практикума
1.	Актёрские тренинги и упражнения	4	1	3	
2.	Основы исполнительского мастерства	4	1	3	
Раздел 5 «Композиция и постановка танца»		34	4	30	Участие в концертных номерах, выступления на фестивалях/ конкурсах
1.	Основы композиции и постановки танца	4	4	-	
2.	Танцевальные этюды	6	-	6	
3.	Постановочная и репетиционная работа	24	-	24	
Аттестация		2	1	1	Результат тестирования

1.	Промежуточная аттестация	2	1	1	рования, прак- тических зада- ний
	Итого часов:	144	25	119	
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ					
Введение		2	2	-	Опрос
1.	Вводное занятие	2	2	-	
Раздел 1 «Азбука классического танца»		16	3	13	Результат прак- тикума
1.	Повторение в ускоренном темпе упражне- ний 2-го года обучения	2	-	2	
2.	Экзерсис у станка	6	1	5	
3.	Экзерсис на середине зала	4	1	3	
4.	Прыжки	4	1	3	
Раздел 2 «Современный танец»		34	4	30	Результат прак- тикума
1.	Разогрев	6	-	6	
2.	Изоляция	6	1	5	
3.	Упражнения в партере	4	1	3	
4.	Адажио	4	1	3	
5.	Кросс	10	1	9	
6.	Импровизация	4	-	4	
Раздел 3 «Эстрадно-балльный танец»		34	6	28	Результат прак- тикума
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	2	-	2	
2.	Основы музыкальных ритмов	2	2	-	
3.	Европейская балльная программа	18	2	16	
4.	Советская балльная программа	8	1	7	
5.	Историко-бытовой танец	4	1	3	
Раздел 4 «Основы народного танца»		18	2	16	Результат прак- тикума
1.	Упражнения у станка	10	1	9	
2.	Танцевальные движения и комбинации на середине зала	8	1	7	
Раздел 5 «Актерское мастерство»		4	-	4	Результат прак- тикума
1.	Актерские тренинги и упражнения	4	-	4	
Раздел 6 «Композиция и постановка танца»		34	4	30	Участие в кон- цертных номе- рах, выступле- ния на фестива- лях/ конкурсах
1.	Основы композиции и постановки танца	4	4		
2.	Танцевальные этюды	6	-		
3.	Постановочная и репетиционная работа	24	-		
Аттестация		2	1	1	Результат тести- рования, прак- тических зада- ний
1.	Промежуточная аттестация	2	1		
	Итого часов:	144	22	122	
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ					
Введение		2	2	-	Опрос
1.	Вводное занятие	2	2	-	
Раздел 1 «Азбука классического танца»		34	6	28	Результат прак-

1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 3-го года обучения	4	-	4	тикума
2.	Экзерсис у станка	10	2	8	
3.	Экзерсис на середине зала	8	2	6	
4.	Прыжки	12	2	10	
Раздел 2 «Современный танец»		34	4	30	Результат практикума, сочинение и показ собственных комбинаций и этюдов
1.	Разогрев	6	-	6	
2.	Изоляция	6	1	5	
3.	Упражнения в партере	4	1	3	
4.	Адажио	4	1	3	
5.	Кросс	10	1	9	
6.	Импровизация	4	-	4	Результат практикума
Раздел 3 «Эстрадно-балльный танец»		34	8	26	
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	2	-	2	
2.	Основы музыкальных ритмов	2	2	-	
3.	Европейская балльная программа	22	4	18	
4.	Советская балльная программа	4	1	3	
5.	Историко-бытовой танец	4	1	3	Результат практикума
Раздел 4 «Основы народного танца»		34	6	28	
1.	Упражнения у станка	16	3	13	
2.	Танцевальные движения и комбинации на середине зала	18	3	15	Результат практикума
Раздел 5 «Актерское мастерство»		12	2	10	
1.	Актерские тренинги и упражнения	4	1	3	
2.	Основы исполнительского мастерства	8	1	7	Участие в концертных номерах, выступления на фестивалях/ конкурсах
Раздел 6 «Композиция и постановка танца»		64	6	58	
4.	Основы композиции и постановки танца	8	4		
5.	Танцевальные этюды	22	2		
6.	Постановочная и репетиционная работа	34	-		Результат тестирования, практических заданий
Аттестация		2	1	1	
1.	Промежуточная аттестация	2	1		
	Итого часов:	216	35	181	
5 ГОД ОБУЧЕНИЯ					
Введение		2	2	-	Опрос
1.	Вводное занятие	2	2	-	
Раздел 1 «Азбука классического танца»		34	6	8	Результат практикума
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 4-го года обучения	4	-	4	
2.	Экзерсис у станка	10	2	8	
3.	Экзерсис на середине зала	8	2	6	
4.	Прыжки	12	2	10	Результат практикума, сочинение и показ собственных ком-
Раздел 2 «Современный танец»		34	4	30	
1.	Разогрев	4	-	4	
2.	Изоляция	6	1	5	
3.	Упражнения в партере	4	1	3	

4.	Адажио	6	1	5	бинаций и этю- дов
5.	Кросс	10	1	9	
6.	Импровизация	4	-	4	
Раздел 3 «Эстрадно-балльный танец»		34	8	26	Результат прак- тикума
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	2	-	2	
2.	Основы музыкальных ритмов	2	2	-	
3.	Европейская балльная программа	22	4	18	
4.	Советская балльная программа	4	1	3	
5.	Историко-бытовые танцы	4	1	3	
Раздел 4 «Танцы народов мира»		34	4	30	Результат прак- тикума
1.	Белорусский народный танец	8	1	7	
2.	Казахский народный танец	8	1	7	
3.	Болгарский народный танец	8	1	7	
4.	Испанский народный танец	10	1	9	
Раздел 5 «Актерское мастерство»		12	2	10	Результат прак- тикума
1.	Актерские тренинги и упражнения	4	1	3	
2.	Основы исполнительского мастерства	8	1	7	
Раздел 6 «Композиция и постановка танца»		64	6	58	Участие в кон- цертных номе- рах, выступле- ния на фестива- лях/ конкурсах
1.	Основы композиции и постановки танца	8	4	4	
2.	Танцевальные этюды	22	2	20	
3.	Постановочная и репетиционная работа	34	-	34	
Аттестация		2	1	1	Результат тести- рования, прак- тических зада- ний
1.	Промежуточная аттестация	2	1	1	
Итого часов:		216	35	181	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Основное содержание	Основные формы ра- боты	Средства обучения и воспитания	Форма подведения итогов
Введение – 2 часа					
1.	Вводное занятие	Содержание курса. Инструктаж по технике безопасности. Выявление физических способностей детей.	Беседа	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация	Опрос
Раздел 1. Азбука классического танца – 34 часа					
1.	Введение в классический танец – 10 часов				
	Специфика танцевального шага и бега (2 ч.)	Бытовой и сценический шаг	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки	текущий контроль – результат практикума
	Тренировка суставно-мышечного аппарата (2 ч.)	Основы анатомии движения	Беседа	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация	опрос
	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов (4 ч.)	Упражнения в партере, направленные на развитие	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, гимнастические коврики	текущий контроль – результат практикума
	Постановка корпуса, пози-	Applomb (устойчивость); Пять позиций ног; Четыре пози-	Беседа,	Компьютер,	текущий

	ции рук и ног (2.)	ции рук.	практиче- ская работа	аудиоколон- ки, аудиоза- писи	контроль – результат практикума
2.	Экзерсис у станка – 14 часов				
	Demi plie. Grand plie (2 ч.)	Plie – приседание. Demi plie – полуприседание. Grand plie – большое приседание.	Практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи, хорео- графический станок	текущий контроль – результат практикума
	Battement tendu. Battement tendu jete (4 ч.)	Battement tendu – натянутое движение ногой: – из первой позиции (в сторону, вперед, назад). - из пятой позиции. Battement tendu jete – натянутое движение с броском.			
	Releve на полупальцы (2 ч.)	Releve – приподнимание.			
	Grand battement jete (4 ч.)	Движение с большим броском.			
	Перегибы корпуса (2 ч.)	Перегибы корпуса назад и в сторону изучают в конце эк- зерсиса лицом к палке в первой позиции.			
3.	Экзерсис на середине зала – 6 часов				
	Epaulement (2 ч.)	Epaulement croise и epaulement efface - направление большинства поз и движений.	Практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи	текущий контроль – результат практикума
	Port de bras (2 ч.)	Подготовительное port de bras. Первое port de bras. Вто- рое port de bras. Третье port de bras. Перегиб корпуса в сторону.			
	Позы классического танца (2 ч.)	Croisee вперед, назад. Effacee вперед, назад. Ecartee назад, вперед.			
4.	Прыжки (allegro) – 4 часа				
	Temps leve saute	Прыжок с места.	Практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи, хорео- графический станок	текущий контроль – результат практикума

Раздел 2. Современный танец – 30 часов					
1.	Разогрев (8 ч.)	Позиции ног: параллельные позиции ног (I, II, IV, V); аут-позиции (выворотные позиции ног) (I, II, IV, V); ин-позиции (завернутые позиции ног) (I, II). Позиции и положения рук: подготовительное положение; 1-я, II-я, III-я; положение кисти «флекс»; «джаз-хенд»; пресс-позиция; промежуточные позиции рук. Plie (у палки и на середине): по параллельным позициям; по выворотным позициям. Battement tendu, battement tendu jete (у палки и на середине): по параллельным позициям. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (у палки и на середине).	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, гимнастические ковры	текущий контроль – результат практикума
2.	Изоляция (4 ч.)	Виды движений и техника исполнения по центрам: Голова и шея (наклоны; повороты). Плечевой пояс (подъем и опускание).			
3.	Упражнения в партере (8 ч.)	Проработка на полу положений ног – flex, point; положений корпуса: contraction, release. Изолированная работа мышц в положении лежа и сидя. Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа и сидя. Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям. Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя. Упражнения stretch-характера в положении лежа и сидя. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.			
4.	Развитие основных физических показателей	Упражнения на развитие силы, выносливости, гибкости, скорости и ловкости.			

	(6 ч.)				
5.	Импровизация (4 ч.)	Основы импровизации. Упражнения из тренинга актерского мастерства на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («ртуть», «огонь-лед», «пластилиновые куклы», «марионетки», «спагетти»).			
Раздел 3. Эстрадно-бальный танец – 34 часа					
1.	Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений (2 ч.)	Знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Введение в бальную хореографию (2 ч.)	Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене). Танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция). Степень поворота (1/4, 4/4). Фигуры в европейских танцах распределены по степени сложности по годам обучения.	Теория, практика	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль - результат практикума
3.	Основы музыкальных ритмов (2 ч.)	Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с хлопыванием и протопыванием. Музыкальный размер: Медленный вальс - 3/4, Квикстеп - 4/4, Полька - 4/4, Конькобежцы – 2/4 Основные музыкальные ритмы: Медленный вальс - счет 1,2,3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.	Теория	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – опрос, беседа

4.	Танцы европейской бальной программы – 16 часов				
	Медленный вальс (8 ч.)	Разучивание этого танца начинается с объяснения правил исполнения танца, показа фигур. Обучающиеся учатся исполнять элементы основных фигур медленного вальса (шаги с правой ноги вперед, с левой ноги назад). Обучающиеся 1-го года разучивают несколько основных фигур медленного вальса: Правая перемена (вперед и назад); Правый поворот по четвертям; Левая перемена, левый поворот по четвертям; С правой ноги 2 перемены вперед, правый поворот на четверть, 2 перемены назад, левый поворот на четверть.	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Квикстеп (8 ч.)	4 шага (в ритме слоу) вперед, типл-шассе вправо и влево, 4 шага (в ритме слоу) назад, типл-шассе влево и вправо. 4 шага вперед, типл-шассе вправо влево с поворотом вправо на 1/2, 4 шага назад, типл-шассе вправо влево без поворота.			
4.	Танцы советской бальной программы – 8 часов				
	Полька (2 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика и история танца. Знакомство с направлениями движений в танце. Подскоки, галоп, шаг польки. Шаг польки в паре, в закрытом положении.	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Конькобежцы (6 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика и история танца. Знакомство с направлениями движений в танце. Двойной скользящий шаг. Па глisse. Па марше. Па шассе.			
5.	Историко-бытовые танцы – 4 часа				
	Полонез (2 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика танца; Знакомство с направлениями движений в танце. Изучение основного шага. Постановка этюда.	Практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Падеграс (2 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика танца; Знакомство с направлениями движений в танце.			

		Изучение основ танца: основной шаг по линии танца; основной шаг в сторону. Постановка этюда.			
Раздел 4. Актерское мастерство – 8 часов					
1.	Актерские тренинги и упражнения	Помощники актера - жесты, мимика, техника речи, сценическое внимание. Игры на внимание и реакцию - «Почтальон», «Заклинание», «Ты следующий» Упражнения на координацию в пространстве.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
Раздел 5. Композиция и постановка танца – 34 часа					
1.	Основы композиции и постановки танца (4 ч.)	Взаимодействие музыки и хореографии: - Образная общность и органическое соединение в едином художественном целом музыки и хореографии. - Музыкальная драматургия. - Родственные связи музыки и хореографии в плане содержания и формы. - Развитие этих искусств во временном пространстве (ритм, темп). - Роль музыки в хореографическом произведении и их взаимосвязь. Музыкально-ритмическая организация движений: - Понятие ритм. - Ритмическая основа движения. - Специфика организации различной музыкально-ритмической основы движения. - Комплекс заданий на организацию различных музыкально-ритмических решений движения.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, костюмы, декорации, прочий реквизит	Участие в концертных номерах, выступления на концертах / фестивалях/ конкурсах
2.	Танцевальные этюды (6 ч.)	Танцевальные этюды составляются на основе разученных движений по разделам и помогают закрепить полученные знания и умения. Танцевальные этюды бывают: 1) На развитие техники исполнения (хореографический материал исполняется уже в вариациях, в сочетаниях, от			

		простого к сложному); 2) На композиционный рисунок (в основе лежит композиционный рисунок и его развитие); 3) На пластику (работа рук, корпуса, головы).			
3.	Постановочная и репетиционная работа (24 ч.)	Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся). Репетиционная работа – это очень трудоемкий раздел работы коллектива. На репетиции формируется художественный стиль коллектива, отрабатывается чистота и техника исполнения. Постановочная работа завершается в тренировочном зале, а репетиционная работа уже происходит на сцене. На репетициях вырабатывается ансамблевость, ровность и выразительность исполнения. Показ танца является необходимым этапом постановочной и репетиционной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Работа ведется в соответствии с репертуарным планом коллектива «Юность Балтики». Репертуарный план разрабатывается педагогом ежегодно (или каждое полугодие). <u>Примерный репертуарный план:</u> 1. «Лунная река» (медленный вальс); 2. «Полька-микс» (микс полек советской бальной программы); 3. «Светофор» (эстрадный танец); 4. Полонез (историко-бытовой танец); 5. «Бабочки на снегу» (медленный вальс); 6. «Милитари» (современная пластика); 7. «Вару-вару» (советская бальная программа);			

		8. «Русь молодая» (инсценировка).			
Аттестация – 2 часа					
1.	Промежуточная аттестация	Практический тест. Тест на знание терминологии танца. Открытое занятие.	Беседа, опрос, практическая работа	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация	Результат тестирования, практических заданий

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Основное содержание	Основные формы работы	Средства обучения и воспитания	Форма подведения итогов
Введение – 2 часа					
	Вводное занятие	Содержание курса. Инструктаж по технике безопасности. Выявление физических способностей детей.	беседа	Презентация	опрос
Раздел 1. Азбука классического танца – 28 часов					
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 1-го года обучения (6 ч.)	Demi plie. Grand plié. Battement tendu. Battement tendu jete. Releve на полупальцы. Grand battement jete. Перегибы корпуса. Позы классического танца. Temps leve saute. Вращения	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Экзерсис у станка – 10 часов				
	Понятие en dehors et en dedans (2 ч.)	Направление движений en dehors (наружу) и en dedans (внутри). Сюда относится группа движений rond de jambe, которые исполняются на полу и в воздухе, а также группа движений, которые исполняются с вращением вокруг оси корпуса.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, хореографический станок	текущий контроль – результат практикума
	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (4 ч.)	Круги, описываемые работающей ногой по полу наружу и внутрь			
	Положение ноги на cou-de-	Cou-de-pied – положение работающей ноги на щиколот-			

	pied (2 ч.)	ке опорной ноги впереди или сзади. Применяется в ряде упражнений урока классического танца			
	Battement frappe (2 ч.)	Ударяющее движение стопой рабочей ноги по голеностопному суставу опорной ноги			
3.	Экзерсис на середине зала – 8 часов				
	Port de bras (2 ч.)	Понятие ераulement. Подготовительное, первая, вторая и третья формы port de bras	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Pas de bourree (2 ч.)	Основное движение старинной народной пляски бурэ, видоизмененное согласно законам классического танца			
	Arabesques (4 ч.)	Четыре основные позы классического танца. В начале обучения работающая нога не поднимается от пола			
4.	Прыжки (allegro) – 6 часов				
	Pas echarpe на вторую позицию (2 ч.)	Прыжок echarpe – прыжок с просветом	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, хореографический станок	текущий контроль – результат практикума
	Pas balance (4 ч.)	Раскачивающееся движение в темпе вальса			
Раздел 2. Современный танец – 34 часа					
1.	Разогрев (6 ч.)	Demi plie et grand plie (у палки и на середине зала) по второй, четвертой, шестой позициям с изменением динамики исполнения. Battement tendu (у палки и на середине зала) с разворотом на 180 градусов. Battement tendu jete (у палки и на середине зала): по всем направлениям; в комбинациях с plie, с releve. Rond de jambe par terre an dehors u an dedane с passé (у палки и на середине зала) Grand battement jete (у палки и на середине зала). Использование разно ритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Проучивание flat back вперед из положения стоя. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, гимнастические коврик	текущий контроль – результат практикума

		Изгибы торса: arch, roll down и roll up.			
2.	Изоляция (6 ч.)	Понятие – «крест» и «квадрат». Виды движений и техника исполнения по центрам: Голова и шея: круги и полукруги. Плечевой пояс: круги. Грудная клетка: подъем и опускания. Пелвис (бедра): вперед-назад; из стороны в сторону. Руки: движения изолированных ареалов; круги, полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком.			
3.	Упражнения в партере (8 ч.)	Проучивание battement tendu jete вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа. Contraction, release на четвереньках. Body roll в положении croisee сидя. Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону. Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц. Упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук. Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point). Grand battement jete вперед, из положения, лежа на спине, на боку. Grand battement jete в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках			
4.	Кросс (10 ч.)	Проучивание шага flat step в чистом виде. Flat step в plié. Temps sauté (в чистом виде, по точкам, в комбинациях с правой и левой ног по точкам). Перекаты. Акробатические элементы: выход в стойку на руках, стойка со сменой ног. «Колесо». Выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты.			
5.	Импровизация (4 ч.)	Образы животных – их образы в природе, изображение средствами хореографии. Сочинение комбинаций на основе изученных движений.			
Раздел 3. Эстрадно-балльный танец – 34 часа					
1.	Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений	Знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие	Теория, практика	Компьютер, аудиоколонки	текущий контроль – ре-

	вальных упражнений (2 ч.)	тие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).	ская работа	ки, аудиозаписи	зультат практикума
2.	Основы музыкальных ритмов (2 ч.)	Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием. Медленный вальс - счет 1, 2, 3. Практическая часть. Музыкально-ритмические упражнения.			
3.	Введение в бальную хореографию и танцевальная этика (2 ч.)	Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр). Танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса). Степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4) . Фигуры и стандартные вариации в европейских танцах распределены по степени сложности по годам обучения. Правила поведения в коллективе, в танцевальной паре. Бальный этикет.			
4.	Танцы европейской бальной программы – 18 часов				
	Медленный вальс (8 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 1-ом году обучения. Изучение фигур: 1). Исходное положение лицом диагональ к стене (ИП ЛДС). Правая перемена и правый поворот по четвертям. Исходное положение спиной диагональ в центр (ИП СДЦ). Левая перемена и левый поворот по четвертям. 2). ИП ЛДС с правой ноги вперед (партия партнера)	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума

		правый поворот на четверть, перемена назад, левый поворот на четверть, 2 перемены вперед. Далее в обратную сторону с левой ноги назад (партия партнерши) правый поворот на четверть, перемена вперед, левый поворот на четверть, 2 перемены назад. То же по линии танца. 3). ИП ЛДС с правой ноги вперед партия партнера полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены вперед. Обратно с левой ноги назад партия партнерши полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены назад.			
	Квикстеп (10 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 1-ом году обучения. Изучение движений: спин; правый поворот с хезетейшн; кросс шассе; лок степ вперед; лок назад. Изучение фигур: 1). Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо без поворота. Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота. 2). Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо с поворотом вправо на 1/2, Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота. То же по линии танца. 3). По линии танца четвертной поворот и шассе.			
5.	Танцы советской бальной программы - 6 часов				
	«Русский лирический» (2 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика танца. Знакомство с направлениями движений в танце; Изучение основ танца: тройной шаг вперед и назад, припадание. Этюд	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	«Разрешите пригласить» (4 ч.)	Музыкально-ритмическая характеристика танца. Знакомство с направлениями движений в танце; Изучение основ танца: шаг с подскоком, перескок с ноги на ногу, маятник, закладка накрест, шаги с хлопками, «разрешите пригласить». Этюд			
6.	Историко-бытовые танцы – 4 часа				

	Полонез-мазурка (4 ч.)	"Полонез-мазурка" создан на основе двух польских танцев – Полонеза и Мазурки. Полонез – торжественный танец-шествие. Полонез, как правило, исполнялся в начале балов, подчёркивая возвышенный характер праздника. Мазурка – польский народный танец, название которого произошло от наименования жителей Мазовии — мазуров, у которых впервые появился этот танец. Танец - активный и энергичный. Музыка: Музыкальный размер Полонеза - 3/4, темп умеренный. Музыкальный размер Мазурки - 3/4, темп быстрый.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
Раздел 4. Актерское мастерство – 8 часов					
1.	Актерские тренировки и упражнения (4 ч.)	Упражнения на выразительность: пантомимы и инсценировки.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы исполнительского мастерства (4 ч.)	<u>Развитие артистической смелости.</u> «Ощущения»: - Посидеть на стуле так, как сидит: царь на троне; пчела на цветке; побитая собака; наказанный ребенок; бабочка, которая сейчас взлетит; наездник на лошади; космонавт в скафандре. - Пройтись, как ходит: младенец, который только что начал ходить; старый человек; гордец; артист балета. - Улыбнуться, как улыбается: очень вежливый японец; собака своему хозяину; кот на солнышке; мать младенцу; ребенок матери. - Нахмуриться, как хмурится: ребенок, у которого отняли игрушку; как человек, желающий скрыть смех. «Маска»: Страх. Злость. Любовь (влюбленность). Радость. Смирение. Раскаяние, угрызение совести. Плач. Стеснение, смущение. Раздумье, размышление. Презрение. Равно-			

		душие. Боль. Сонливость. Прощение (вы кого-то о чем-то просите).			
Раздел 5. Композиция и постановка танца – 34 часа					
1.	Основы композиции и постановки танца (4 ч.)	Основные законы драматургии в хореографическом произведении: Понятие "драматургия". Драматургия в различных видах искусства. Функции драматурга в хореографическом произведении. Опыт хореографической драматургии. Пять составных частей хореографического произведения. Законы драматургии и их применения в хореографическом искусстве. Драматургия балетного спектакля. Программа хореографического произведения. Виды танцевальных систем: Определения вида танца, его характеристика. Краткая история возникновения и развития. 1. Классический танец. 2. Народно-сценический танец. 3. Историко-бытовой танец. 4. Современный танец (джаз, модерн).	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, костюмы, декорации, прочий реквизит	Участие в концертных номерах, выступления на концертах / фестивалях/ конкурсах
2.	Танцевальные этюды (6 ч.)	Танцевальные этюды составляются на основе разученных движений по разделам и помогают закрепить полученные знания и умения. Танцевальные этюды бывают: 1) На развитие техники исполнения (хореографический материал исполняется уже в вариациях, в сочетаниях, от простого к сложному); 2) На композиционный рисунок (в основе лежит композиционный рисунок и его развитие); 3) На пластику (работа рук, корпуса, головы).			
3.	Постановочная и репетиционная работа (24 ч.)	Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникатив-			

		ный вид деятельности учащихся). Репетиционная работа – это очень трудоемкий раздел работы коллектива. На репетиции формируется художественный стиль коллектива, отрабатывается чистота и техника исполнения. Постановочная работа завершается в тренировочном зале, а репетиционная работа уже происходит на сцене. На репетициях вырабатывается ансамблевость, ровность и выразительность исполнения. Показ танца является необходимым этапом постановочной и репетиционной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Работа ведется в соответствии с репертуарным планом коллектива «Юность Балтики». Репертуарный план разрабатывается педагогом ежегодно (или каждое полугодие). <u>Примерный репертуарный план:</u> 1. «Дорога в облака» (квикстеп); 2. Полонез-мазурка (историко-бытовой танец); 3. «Бал» (венский вальс); 4. «Разрешите пригласить» (советская бальная программа); 5. Русский лирический; 6. «Танцуй» (рилио).			
Аттестация – 2 часа					
1.	Промежуточная аттестация	Практический тест. Тест на знание терминологии танца. Открытое занятие.	Беседа, практическая работа	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация	Результат тестирования, практических заданий

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Основное содержание	Основные формы работы	Средства обучения и воспитания	Форма подведения итогов
Введение – 2 часа					
	Вводное занятие	Содержание курса. Инструктаж по технике безопасности. Выявление физических способностей детей.	беседа	Презентация	опрос
Раздел 1. Азбука классического танца – 16 часов					
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 2-го года обучения (2 ч.)	Rond de jambe par terre. Battement frappe. Port de bras. Pas echappe на вторую позицию. Pas de bourree. Arabesques. Pas balance.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Экзерсис у станка – 6 часов		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, хореографический станок	текущий контроль – результат практикума
	Battement fondu (2 ч.)	Battement fondus – тающие, текучие батманы. Развивают эластичность и силу ног, сообщают мягкость и плавность движениям. Изучают сначала лицом к палке на вторую позицию, потом назад; battement fondu вперед изучают держась за палку одной рукой. Впоследствии battement fondu во всех направлениях изучают держась за палку одной рукой. Сначала изучают носком в пол, по усвоении - открывая ногу на высоту 45°.			
	Battement soutenu (2 ч.)	Battement soutenu – неослабевающее, непрерывное движение – развивает эластичность и выворотность ног.			
	Маленькие позы, заключающие упражнения (2 ч.)	Маленькие позы croisee, efface и ecartee включают отдельные упражнения в экзерсисе у палки и на середине. Их исполняют как на вытянутой ноге, так и в demi plié с носком работающей ноги на полу.			
3.	Экзерсис на середине зала – 4 часа		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат прак-
	Четвертое и пятое port de bras (2 ч.)	Исходное положение – epaulement croise, пятая позиция, правая нога впереди.			
	Элементарное adagio	Сначала позы классического танца, attitudes и arabesques,			

	(2 ч.)	проходятся отдельно, для того чтобы учащиеся свободно овладели танцевальным обликом каждой позы. Впоследствии позы сочетаются в так называемое элементарное adagio, которое строится на музыкальную фразу не менее 8-16 тактов.		писи	тикума
4.	Прыжки – 4 часа				
	Changement de pieds (2 ч.)	Прыжок в пятой позиции с переменной ног в воздухе. Изучается после усвоения temps leve saute. Исходное положение – пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. Музыкальный размер – 4 4.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Pas assamble (2 ч.)	Pas assamble проходят, усвоив положение вытянутых в воздухе ног. Исходное положение – пятая позиция, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы налево. Музыкальный размер – 4 4.			
Раздел 2. Современный танец – 34 часа					
1.	Разогрев (6 ч.)	Demi и grand plie (у палки и на середине зала) с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. Battement tendu (у палки и на середине зала) с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. Battement tendu jete (у палки и на середине зала) с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 45 градусов (у палки и на середине зала). Battement releve lent с сокращённой стопой (у палки и на середине зала). Grand battement jete с сокращенной стопой (у палки и на середине зала). Flat back в сторону, вперед в сочетании с работой рук.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума

		Глубокие наклоны, ниже 90°. Гибкие наклоны и фиксированные наклоны. Изгибы торса: curve. Подготовка к пируэтам. Спирали и скручивание торса			
2.	Изоляция (6 ч.)	Виды движений и техника исполнения по центрам: Голова и шея: Zundari (смещение шейных позвонков) по направлениям: вперед-назад, из стороны в сторону. Плечевой пояс: «восьмерка». Грудная клетка: движение из стороны в сторону, вперед-назад. Пелвис (бедра): Hip lift - подъем бедра вверх.			
3.	Упражнения в партере (4 ч.)	Паховые и боковые растяжки.			
4.	Адажио (4 ч.)	Battement developpe; Grand battement. Движения корпуса, положения и позы: с flat back по направлениям; загибы верхней части позвоночника.			
5.	Кросс (10 ч.)	Трехшаговый поворот: по прямой, с пируэтом по прямой, с пируэтом по диагонали. Flat step в сочетании: с работой плеч, с «восьмеркой» тазом Grand battement с двумя шагами по диагонали. Шаги с использованием падений и перекатов на пол. Акробатические элементы			
6.	Импровизация (4 ч.)	Составление танцевальных этюдов учащимися на основе проученных движений. Приемы импровизации: физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение, предложенное педагогом. Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии: «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!», «Снимаем-одеваем», «Я – не я».			

Раздел 3. Эстрадно-бальный танец – 34 часа					
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений (2 ч.)	Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы музыкальных ритмов (2 ч.)	Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Венский вальс - Счет 1,2,3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. (Музыкальный размер 3/4). ФИГУРНЫЙ вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Сударушка - Счет 1 и 2 и. (Музыкальный размер 2/4).	Беседа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	Опрос
3.	Танцы европейской бальной программы – 18 часов				
	Медленный вальс (6 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 2-ом году обучения. Изучение фигур: 1). ИП ЛДС с левой ноги вперед партия партнера Виск, шассе из променадной позиции, 2 перемены вперед. В обратную сторону с правой ноги партия партнерши Виск, шассе из променадной позиции. 2). Внешняя перемена. 3). Проходящая перемена назад. 4). Виск назад.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Квикстеп (4 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 1-ом году обучения. Изучение фигур: 1). По линии танца локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо с поворотом вправо на 1/2, Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота. 2). Четвертной поворот и шассе по линии танца. 3). Правый поворот, Локк-степ назад, типл-шассе			

		вправо. Локк-степ вперед.			
	Венский вальс (8 ч.)	Изучение основных фигур танца: 1). Перемена-шассе вперед и назад. 2). Правый поворот.			
4.	Танцы советской бальной программы – 8 часов				
	Сударушка (4 ч.)	«Сударушка» - мягкий и лиричный танец, построенный на движениях русских народных танцев, характерных для Свердловской области. Тройной шаг вперед с ударом (основное движение); Шаги-приставки; «Свечка»; Повороты под рукой; Возвращение.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Фигурный вальс (4 ч.)	Пары равномерно располагаются по кругу, при этом дамы образуют внешний круг, кавалеры - внутренний. Начальная позиция - кавалер стоит спиной в центр, дама - лицом. Движение по линии танца. Схема танца: Лодочка: балансе в сторону по линии танца и против нее. Соло по линии танца: вальсовый поворот друг от друга на 2 такта: Д через правое плечо (делает полный правый поворот), К - через левое (полный левый поворот). Балансе-менуэт: балансе вперед/назад и смена мест (2 раза). Пары держатся правыми руками. Променад: вальсовая дорожка кавалеров и вальсовое вращение дам. Четыре полных вальсовых поворота.			
5.	Историко-бытовая бальная программа – 4 часа				
	Вальс-гавот (4 ч.)	Исходная позиция: танцующие становятся по кругу парами (кавалер слева от дамы) лицом по линии танца. Кавалер правой рукой держит даму за талию, а левой рукой берет левую руку даму и отводит ее влево в диа-	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума

		гональ. Левая рука у дамы находится впереди слева корпуса, а правая - на юбке. Состоит из 2-х частей: гавотная часть (музыкальный размер 2/4) и вальсовая часть (музыкальный размер 3/4). Шаги: Шаг Гавота (2 такта) - вправо из третьей позиции. Шаг Гавота - фигура "зигзаг": 4 шага гавота (8 тактов) Па балансэ-де-менуэт (4 такта)			
Раздел 4. Основы народного танца – 18 часов					
1.	Упражнения у станка - 10 часов				
	Основные позиции и положения ног, рук, корпуса и головы. (1 ч.)		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Приседания (1 ч.)	1. Полуприседания медленные: основной вид. 2. Полуприседания быстрые. 3. Полные приседания медленные: основной вид. 4. Полные приседания быстрые.			
	Упражнения на развитие подвижности стопы (1 ч.)	1. Подготовительное упражнение. 2. Перевод ноги с носка на пятку и обратно: основной вид; с полуприседанием на опорной ноге.			
	Маленькие броски (1 ч.)	1. Подготовительные упражнения к маленьким броскам. 2. Основной вид маленьких бросков. 3. Маленькие «сквозные» броски: основной вид.			
	Дробные выстукивания (2 ч.)	1. По I прямой позиции: всей ступней, каблуком. 2. Из III открытой позиции: всей ступней.			
	Подготовка к «веревочке» (2 ч.)	1. Основной вид, с полуприседанием. 2. Повороты работающей ноги из выворотного положения в невыворотное и обратно: основной вид. 3. Повороты ноги из невыворотного положения в выворотное («винт»): основной вид.			
	Раскрытие ноги на 90°	1. Основной вид, с полуприседанием на опорной ноге.			

	(1 ч.)				
	Большие броски (1 ч.)	1. Основной вид, с полуприседанием. 2. Большие «сквозные броски»: основной вид.			
2.	Танцевальные движения и комбинации на середине зала (8 часов)				
	Танцевальные ходы (2 ч.)	1. Простой шаг: шаг на ¼, 1/8, 1/16 такта, шаг с каблука, шаркающий шаг. 2. Переменный шаг: основной вид, с полуприседанием, с ударом ребром каблука, с ударом всей ступней (для мальчиков), с подъемом на полупальцы, с каблука, с приставкой ноги. 3. Бег: основной вид, с соскоком, с подъемом коленей, с броском прямых ног, шаг с подскоком, с подскоком и переступанием. 4. Боковые ходы: припадание – основной вид, с двойным ударом полупальцами, накрест; приставной ход, боковой ход с перескоком, с каблука (для мальчиков), с подъёмом на полупальцы, на перескоках с ноги на ногу; «гармошка».	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Хлопки и хлопущки (2 ч.)	ИСПЛНЯЮТСЯ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО МУЖСКИМ КЛАССОМ 1. Хлопки: в ладоши согнутыми в локтях руками, вытянутыми в локтях руками, скользящие хлопки. 2. Хлопущки: одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голенища сапога, по бедру, по подошве сапога.			
	Вращения (4 ч.)	Вращения: на полупальцах, на припадании, на подскоках, на беге.			
Раздел 5. Актерское мастерство – 4 часа					
1.	Актерские тренировки и упражнения	Упражнения на коллективную согласованность. Сценическое общение, взаимодействие партнеров и взаимодействие друг на друга	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума

Раздел 6. Композиция и постановка танца – 34 часа					
1.	Основы композиции и постановки танца (4 ч.)	Законы композиции: - Определение композиции. - Четыре принципа композиционного построения. - Принцип композиционной целостности. - Принцип единства. - Принцип подчинения второстепенного главному. - Соотношение формы и содержания. Жанр, форма и содержание хореографического произведения: - Жанр в общепринятом понятии. - Определение жанра и его разновидности. - Соответствие формы и содержания.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, костюмы, декорации, прочий реквизит	Участие в концертных номерах, выступления на концертах / фестивалях/ конкурсах
2.	Танцевальные этюды (6 ч.)	Танцевальные этюды составляются на основе разученных движений по разделам и помогают закрепить полученные знания и умения. Танцевальные этюды бывают: 1) На развитие техники исполнения (хореографический материал исполняется уже в вариациях, в сочетаниях, от простого к сложному); 2) На композиционный рисунок (в основе лежит композиционный рисунок и его развитие); 3) На пластику (работа рук, корпуса, головы).			
3.	Постановочная и репетиционная работа (24 ч.)	Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся). Репетиционная работа – это очень трудоемкий раздел работы коллектива. На репетиции формируется художественный стиль коллектива, отрабатывается чистота и техника исполнения. Постановочная работа завершается в тренировочном зале, а репетиционная работа уже про-			

		исходит на сцене. На репетициях вырабатывается ансамблевость, ровность и выразительность исполнения. Показ танца является необходимым этапом постановочной и репетиционной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Работа ведется в соответствии с репертуарным планом коллектива «Юность Балтики». Репертуарный план разрабатывается педагогом ежегодно (или каждое полугодие). <u>Примерный репертуарный план для 3-го года обучения:</u> 1. Венский вальс; 2. «Калинка»; 3. «Кеды» (современная хореография); 4. Вальс-гавот; 5. «Старый клён» (Русский лирический и Сударушка).			
Аттестация – 2 часа					
1.	Промежуточная аттестация	Практический тест. Тест на знание терминологии танца. Открытое занятие.	Беседа, практическая работа	Компьютер, мультимедийный проектор, презентация	Результат тестирования, практических заданий

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Основное содержание	Основные формы работы	Средства обучения и воспитания	Форма подведения итогов
Введение – 2 часа					
1.	Вводное занятие	Содержание курса. Инструктаж по технике безопасно-	беседа	Презентация	опрос

		сти. Выявление физических способностей детей.			
Раздел 1. Азбука классического танца – 34 часа					
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 3-го года обучения (4 ч.)	Battement fondu. Battement soutenu. Маленькие позы, заключающие упражнения. Четвертое и пятое port de bras. Adagio. Changement de pieds. Pas assemble	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Экзерсис у станка – 10 часов				
	Battement releve lent на 90° (2 ч.)	Battement releve lent на 90° – медленное поднимание ноги на 90° – развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге. Исполняется вперед, в сторону и назад. Исходное положение – пятая позиция. Подъем работающей ноги может превышать 90°, если это позволят физические данные. Музыкальный размер – 4/4 или 3/4. Характер музыкального сопровождения плавный, связный.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Grand battement jete pique (2 ч.)	Grand battement jete pique – движение с высоким колющим броском – исполняют по правилам grand battement jete. Исходное положение – пятая позиция. Музыкальный размер 2/4 или 4/4. Характер музыкального сопровождения тот же, что и в grand battement jete.			
	Rond de jambe par terre на plie en dehors и en dedans (4 ч.)	Исходное положение – первая позиция. Rond de jambe par terre на plie обычно завершает rond de jambe par terre. Характер музыкального сопровождения плавный, слитный. Музыкальный размер 4/4.			
	Упражнения в ераulement (2 ч.)	Упражнения в ераulement у станка начинают изучать с позы efface как более простой по построению. Позже переходят к позе croisee. При упражнении в ераulmant важно следить за правильным положением стопы на полу.			
3.	Экзерсис на середине зала – 8 часов				
	Temps lie (4 ч.)	Temps lie – взаимосвязанное упражнение – воспитывает координацию движений, помогая развитию танцеваль-	практическая работа	Компьютер, аудиоколон-	текущий контроль – ре-

		ности. Исполняется вперед, назад и в сторону. Исходное положение – epaulement croise, пятая позиция, правая нога впереди. Ритмический рисунок должен быть плавным, легатированным.		ки, аудиозаписи	зультат практикума
	Attitudes (2 ч.)	Attitude – дословно означает «поза», «положение». Как термин классического танца относится к определенным позам: Attitude croisee и Attitude efface.			
	Arabesques на 90° (2 ч.)	Изучаются все четыре arabesques с подъемом ноги на 90°. Подъем работающей ноги во всех arabesques может превышать 90°, если позволяют физические данные исполнителя.			
4.	Прыжки – 12 часов				
	Pas assemble в позах (4 ч.)	Pas assemble в позах начинают изучать, усвоив это движение вперед, в сторону и назад en face. Сначала assemble исполняют отдельно – по движению на такт, в дальнейшем – по движению на каждую четверть.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Pas jete (4 ч.)	Исходное положение – пятая позиция, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы налево. Сначала jete изучают лицом к станку, перенося его на середину зала, как только учащиеся усвоят эластичность demi plié и выворотность ног по окончании прыжка. Музыкальный размер 4/4.			
	Sissonne simple (2 ч.)	Sissonne simple – простой прыжок с двух ног на одну. Исходное положение – пятая позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. Музыкальный размер – 4/4. Аккомпанемент подчеркивает плавность plié и четкость прыжка. Sissonne simple исполняют на один такт.			
	Sissone ouverte (2 ч.)	Sissone ouverte – открытый прыжок – исполняют сначала носком в пол, затем – на 45°. В обоих случаях sissone ouverte начинают изучать в сторону. Исходное положение – epaulement croisee, пятая позиция, правая нога впереди.			

Раздел 2. Современный танец – 34 часа					
1.	Разогрев (6 ч.)	Demi и grand plie в сочетании с releve. Battement tendu с использованием brush. Battement tendu jete с использованием brush. Rond de jambe par terre с подъемом на 90 градусов. Battement fondu, battement frappe с сокращенной стопой. Battement developpe, battement releve lent с перегибами корпуса. Grand battement jete с подъем пятки опорной ноги во время броска. Упражнения свингового характера. Проработка движений: drop и swing. Twist торса. Скручивание в 6 позицию. «Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно. «Волны» корпусом. Пируэты на 180° со 2 позиции, с 4 позиции. Пируэты на 360° со 2 позиции, с 4 позиции.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Изоляция (6 ч.)	Виды движений и техника исполнения по центрам: Голова и шея: zundari (смещение шейных позвонков) по направлениям: крест-квадрат-круг. Плечевой пояс: твист-скручивания. Грудная клетка: - zundari (смещение центра): крест-квадрат-круг. - горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты (с разных точек). Пелвис (бедра): твист.			
3.	Упражнения в партере (4 ч.)	Проведение разминочной части урока в партере. Упражнения для расслабления позвоночника.			
4.	Адажио (4 ч.)	Движения корпуса, положения и позы: - A la second; - Attitude.			
5.	Кросс (10 ч.)	Шаги с мультипликацией. Связующие и вспомогательные шаги. Grand battement jete по всем направлениям. Sissonne fermee по всем направлениям. Sissonne ouvert по всем направлениям			

6.	Комбинации или импровизация (4 ч.)	Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень.			
Раздел 3. Эстрадно-балльный танец – 34 часа					
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений (2 ч.)	Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы музыкальных ритмов (2 ч.)	Музыкальный размер: Танго – 2/4. Лебедушка – 4/4. Менуэт - Основные музыкальные ритмы: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Танго - 1) Быстро, Быстро, Медленно. 2) Быстро, Быстро. 3) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 4) Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Медленно. 5) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно.	Беседа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	Опрос
3.	Танцы европейской балльной программы – 22 часа				
	Медленный вальс (4 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 3-ем году обучения. Изучение фигур: 1. КORTE. 2. Поворотный локк. 3. Натуральное плетение. 4. Правый спин-поворот.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Квикстеп (4 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 3-ем году обучения.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки	текущий контроль – ре-

		Изучение фигур: перемена-хезитейшн, быстрый обратный поворот.		ки, аудиозаписи	зультат практикума
	Венский вальс (6 ч.)	Изучение основных фигур танца: 1. Правый развернутый квадрат; 2. Левый развернутый квадрат с закреплением; 3. «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; 4. Левый поворот.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Танго (8 ч.)	Изучение основных фигур: 1. Корте без поворота. 2. Корте с поворотом по четвертям. 3. Основной левый поворот. 4. Поступательное звено.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
4.	Танцы советской бальной программы – 4 часа				
	Лебедушка (4 ч.)	Танец определенной композиции. Занимает 16 тактов, состоит из двух фигур, включает тройной ход с отведением и ударом каблуком по полу, моталочку, шаркающий шаг с отведением на воздух.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
5.	Историко-бытовая бальная программа – 4 часа				
	Менуэт (4 ч.)	Изучение основных движений и фигур танца: 1. Па менуэта вправо и влево. 2. Положения рук. 3. Реверанс в менуэте. 4. Па грав.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
Раздел 4. Основы народного танца – 34 часа					
1.	Упражнения у станка - 16 часов				
	Приседания (1 ч.)	1. Полуприседания медленные: с подъемом на полупальцы, с наклоном корпуса. 2. Полные приседания медленные: с подъемом на полупальцы, с наклоном корпуса.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Упражнения на развитие подвижности стопы (1 ч.)	Перевод ноги с носка на пятку и обратно: с полуприседанием в момент возвращения ноги в позицию, с подъемом пятки опорной ноги.			

	Маленькие броски (2 ч.)	1. Броски с касанием пола вытянутым носком работающей ноги. 2. Маленькие «сквозные» броски: с проскальзыванием на опорной ноге.			
	Круговые движения ног по полу или по воздуху (2 ч.)	1. Круговые движения по полу носком: основной вид, с полуприседанием на опорной ноге. 2. Круговые движения по полу пяткой: основной вид, с полуприседанием на опорной ноге. 3. «Восьмерка»: основной вид.			
	Каблучные упражнения (2 ч.)	1. Каблучные упражнения низкие, средние и высокие: основной вид. 2. Каблучные упражнения из I прямой позиции.			
	Упражнения с ненапряженной стопой (2 ч.)	«От себя» и «к себе»: основной вид, с подскоком на опорной ноге.			
	Подготовка к «веревочке» (2 ч.)	1. С подъемом на полупальцы, с поворотом колена к станку и от станка, с прыжком. 2. Повороты работающей ноги из выворотного положения в невыворотное и обратно: с полуприседанием, с подъемом на полупальцы. 3. Повороты ноги из невыворотного положения в выворотное («винт»): с полуприседанием, с подъемом на полупальцы.			
	Зигзаги (змейка) (2 ч.)	1. Подготовительные упражнения. 2. Зигзаги одинарные: основной вид, с ударом ступней. 3. Зигзаги дойные: основной вид, с ударом ступней.			
	Раскрытие ноги на 90° (1 ч.)	С поворотом колена к станку и от станка.			
	Большие броски (1 ч.)	Большие броски с «растяжкой».			
2.	Танцевальные движения и комбинации на середине зала – 18 часов				
	«Веревочка» (2 ч.)	Основной вид	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиоза-	текущий контроль – результат прак-
	Маятникообразные движе-	1. Моталочки продольные: основной вид, накрест.			

	ния по типу «моталочки» (4 ч.)	2. Моталочки поперечные: основной вид.		писи	тикума
	Движения на прыжковой подмене опорной ноги (2 ч.)	1. Подбивка: основной вид, с переступанием. 2. Отбивка: с шагом, с ударом. 3. Голубец: основной вид, с шагом накрест.			
	Дробные движения (4 ч.)	1. Удары всей ступней: одинарные, с подскоком, двойные. 2. Удары ребром каблука: поочередные, с подскоком, с перескоками. 3. Сочетание ударов каблуками и полупальцами.			
	Присядки (1 ч.)	ИСПОЛНЯЮТСЯ ТОЛЬКО МУЖСКИМ КЛАССОМ 1. Полуприсядка 2. Полные присядки			
	Хлопки и хлопущки (1 ч.)	ИСПОЛНЯЮТСЯ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО МУЖСКИМ КЛАССОМ Хлопущки: двойные удары.			
	Вращения (4 ч.)	Вращения: с подъемом на полупальцы, на дробях, на прыжке.			
Раздел 5. Актерское мастерство – 12 часов					
1.	Актерские тренинги и упражнения (4 ч.)	Упражнения на коллективную согласованность. Упражнение на сжатие и расширение в пространстве.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы исполнительского мастерства (8 ч.)	Творческое задание – Синтез: Это упражнение на погружение в состояние творчества. Оно заключается в смешивании различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения. – Чем пахнет слово «лампа»? – Каково на ощупь число 7? – Какой вкус у сиреневого цвета? – Какая форма у четверга (как она выглядит)? – Какую музыку вы слышите, когда представляете лицо пожилого человека, смеющегося ребенка			

		– Спортивный экспромт: Учащимся предлагается: – придумать новую эстафету для спортивных соревнований, в которой бы отражался сюжет русской народной сказки «Курочка Ряба», «Царевна-лягушка»; – предложить комплекс производственной гимнастики для регулировщиков дорожного движения, сторожей вневедомственной охраны, дирижеров оркестра народных инструментов, проводников поездов дальнего следования.			
Раздел 6. Композиция и постановка танца – 64 часа					
1.	Основы композиции и постановки танца (8 ч.)	Сценическое пространство. Рисунок танца: - Понятие "рисунок танца". - Его значение и роль в хореографическом танце. - Композиция танца. - Логика развития рисунка танца. - Взаимоотношение рисунка и музыкального материала в танце. - Динамика сценического пространства. Танцевальная лексика: - Определение танцевальной лексики. - Танцевальное движение. - Свойства движения. - Рефлекторные движения. - Жесты. - Танцевальные движения. Сочинение этюдов на предложенном материале.	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, костюмы, декорации, прочий реквизит	Участие в концертных номерах, выступления на концертах / фестивалях/ конкурсах
2.	Танцевальные этюды (22 ч.)	Танцевальные этюды составляются на основе разученных движений по разделам и помогают закрепить полученные знания и умения. Танцевальные этюды бывают: 1) На развитие техники исполнения (хореографический материал исполняется уже в вариациях, в сочета-			

		ниях, от простого к сложному); 2) На композиционный рисунок (в основе лежит композиционный рисунок и его развитие); 3) На пластику (работа рук, корпуса, головы).			
3.	Постановочная и репетиционная работа (34 ч.)	Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся). Репетиционная работа – это очень трудоемкий раздел работы коллектива. На репетиции формируется художественный стиль коллектива, отрабатывается чистота и техника исполнения. Постановочная работа завершается в тренировочном зале, а репетиционная работа уже происходит на сцене. На репетициях вырабатывается ансамблевость, ровность и выразительность исполнения. Показ танца является необходимым этапом постановочной и репетиционной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Работа ведется в соответствии с репертуарным планом коллектива «Юность Балтики». Репертуарный план разрабатывается педагогом ежегодно. <u>Примерный репертуарный план:</u> 1. «По Вселенной пешком» (медленный вальс); 2. Лебедушка; 3. Менуэт; 4. Венский вальс «Метель»; «Огонёк».			
Аттестация – 2 часа					
1.	Промежуточная аттестация	Практический тест. Тест на знание терминологии танца. Открытое занятие.	Беседа, практическая работа	Компьютер, мультимедийный про-	Результат тестирования, практических

				ектор, презентация	заданий
--	--	--	--	--------------------	---------

5 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Основное содержание	Основные формы работы	Средства обучения и воспитания	Форма подведения итогов
Введение – 2 часа					
1.	Вводное занятие	Содержание курса. Инструктаж по технике безопасности. Выявление физических способностей детей.	беседа	Презентация	опрос
Раздел 1. Азбука классического танца – 34 часов					
1.	Повторение в ускоренном темпе упражнений 4-го года обучения (4 ч.)	Grand battement jete pique. Rond de jambe par terre на plie en dehors и en dedans. Упражнения в epaulement. Temps lie. Attitudes. Arabesques на 90°. Pas assemble в позах. Pas jete. Sissone ouverte	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Экзерсис у станка – 10 часов		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Упражнения на полупальцах (6 ч.)	Все изученные ранее движение на целой стопе исполняются на полупальцах, в начале чередуя на полупальцах и на целой стопе.			
	Rond de jambe enl’air (4 ч.)	Ronds de jambe en l'air — круги ногой в воздухе — воспитывают подвижность и ловкость ноги от колена до пальцев. Эти упражнения, как и ronds de jambe par terre, исполняют en dehors и en dedans. Музыкальный размер 4/4. Характер музыкального сопровождения плавный, четкий.			
3.	Экзерсис на середине зала – 8 часов		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат прак-
	Шестое port de bras (4 ч.)	Данное port de bras требует подготовительного положения, которым является поза croisee назад носком в пол. Исходное положение – epaulement croisee, пятая пози-			

		ция, правая нога впереди.		писи	тикума
	Typ endehors со второй позиции (2 ч.)	Исходное положение – en face, пятая позиция, правая нога впереди.			
	Typ endedans со второй позиции (2 ч.)	Исходное положение – en face, пятая позиция, левая нога впереди.			
4.	Прыжки – 12 часов		практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Sissonne fermee (4 ч.)	Sissonne fermée — это прыжок из V позиции в V позицию с двух ног на две ноги с продвижением в заданном направлении. Разучивается прыжок на середине с продвижением в сторону. Sissonne fermée в сторону может выполняться со сменой и без смены ног с приходом в пятую позицию. Sissonne fermée в сторону выполняется как в направлении впереди стоящей ноги, так и в направлении сзади стоящей ноги.			
	Jete в маленьких позах (4 ч.)	Исходное положение – epaulement croisée, пятая позиция, левая нога впереди.			
	Pas de chat (4 ч.)	В классическом танце существует два вида прыжка Pas de chat: с отбрасыванием ног назад и с броском ног вперед.			
Раздел 2. Современный танец – 34 часа					
1.	Разогрев (4 ч.)	Изучаются все виды разогрева в комплексной форме. Время для разогрева максимально сокращается.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Изоляция (6 ч.)	Полиритмия и полицентрия. Движения трех, четырех и более центров одновременно, возможно в различных ритмических рисунках и в оппозиционном направлении.			
3.	Упражнения в партере (4 ч.)	Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали, contraction и release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень. Возможны нетрадиционные способы передвижения: перекаты, кувырки, колеса и другие.			

4.	Адажио (6 ч.)	Отработка вращений в позах. Комбинации с использованием tour lent и других видов партерных туров, fouette en tournante и pirouettes. Отработка пространственного расположения. Комбинации с использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству класса.			
5.	Кросс (10 ч.)	Использование всего пространства класса. Шаги с координацией трех, четырех и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений.			
6.	Комбинации или импровизация (4 ч.)	Составление танцевальных этюдов учащимися на основе проученных движений.			
Раздел 3. Эстрадно-балльный танец – 34 часа					
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений (2 ч.)	Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса. Упражнения на растягивание. Упражнения на баланс и вращение. Специальные танцевальные упражнения для европейских танцев, упражнения для конкретного танца.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы музыкальных ритмов (2 ч.)	Музыкальный размер: Основные музыкальные ритмы: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Танго - 1) Быстро, Быстро, Медленно. 2) Быстро, Быстро. 3) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 4) Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Медленно. 5) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.	Беседа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	Опрос

3.	Танцы европейской бальной программы – 22 часа				
	Медленный вальс (4 ч.)	Повторение и закрепление фигур, изученных на 4-ом году обучения. Изучение фигур: 1. Закрытый и открытый импетус. 2. Плетение из променадной позиции. 3. Перемена-хезитейшн. 4. Правый спин-поворот.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Квикстеп (4 ч.)	Изучение основных элементов, движений и методика исполнения танца. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Повторение и закрепление фигур, изученных на 3-ем году обучения. <u>Практические занятия:</u> 1. «Кросс шассе»; 2. «Зигзаг»; 3. «Поступательное шассе вправо»; 4. Позировки; 5. Прыжки.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Венский вальс (6 ч.)	Отработка фигур, изученных на предыдущих годах обучения. Изучение основных фигур танца: 1. Левый развернутый квадрат с закреплением; 2. «Контра чек» из левого в правый «Флекерл».	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
	Танго (8 ч.)	Изучение основных фигур: 1. Променадное звено. 2. Правый твист поворот. 3. Файвстеп. 4. Браш-теп. 5. Наружный свивл. 6. Форстеп перемена.	практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума

		7. Правый променадный поворот. 8. Открытый променад назад. 9. Виск.			
4.	Танцы советской бальной программы – 4 часа				
	Краковяк	Основные элементы: Па де баск; Двойной голубец с притопом; Вальсовые повороты.	практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи	текущий кон- троль – ре- зультат прак- тикума
5.	Историко-бытовая бальная программа – 4 часа				
	Французская кадрили	1. Шаги 1. Pas chasse (Шассэ) 2. Jete (Жетэ) 3. Assamble (Ассамблэ) 4. Glissade (Глиссад) 5. Sissone (Сиссон) 2. Элементы 1. Chaine anglaise (Шен англез) 2. Balance (Балансэ) 3. Chaine de Dames (Шен де дам) 4. Tour de Mains (Тур де мэн) 5. En avant et En Arriere (Ан аван э ан арьер) 6. A droite et a Gauche (А друат э а гош) 7. Traverse (Траверсэ) 8. Dos-a-dos (Дозадо) 9. Promenade (Променад) 10. Chasse-croise (Шассэ-круазэ)	практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи	текущий кон- троль – ре- зультат прак- тикума
Раздел 4. Танца народов мира – 34 часа					
1.	Белорусский народный танец - 8 часов		практиче- ская работа	Компьютер, аудиоколон- ки, аудиоза- писи	текущий кон- троль – ре- зультат прак- тикума
	Основные позиции и дви- жения в белорусском народном танце	Стилевые особенности и техника исполнения бело- русского танца. Основные позиции, позы, положения. Сольный, дуэтный и групповой танец. Особенности ис- полнения белорусского танца. Трюки. Сольные партии.			

2.	Казахский народный танец - 8 часов				
	Основные позиции и движения в казахском народном танце	1. Позиции и положения рук. 2. Движения рук: перемена направлений рук; перевод рук; раскрытие рук вперед; круговое движение рукой перед лицом; вращение рук, скрещенных в запястьях; «Игра с косами». 3. Ходы и движения на месте: переменный ход; боковой ход с одной ноги; комбинированный боковой ход; переплетающийся ход вперед; переступания на месте; шаги с подскоками. 4. Рисунки казахского танца. 5. Расклад движений под музыку.			
3.	Болгарский народный танец – 8 часов				
	Основные позиции и движения в болгарском народном танце	Стилевые особенности и техника исполнения Основные позиции, позы, положения. Сольный, дуэтный и групповой танец. Сложная координация			
4.	Испанский народный танец – 10 часов				
	Основные позиции и движения в испанском народном танце	Стилевые особенности и техника исполнения Основные позиции, позы, положения. Сольный, дуэтный и групповой танец. Использование кастаньет. Сложная координация			
Раздел 5. Актерское мастерство – 12 часов					
1.	Актерские тренинги и упражнения (4 ч.)	Упражнения на импровизацию, актерскую фантазию. Упражнения на концентрацию	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи	текущий контроль – результат практикума
2.	Основы исполнительского мастерства (8 ч.)	Творческое задание – Синтез: Это упражнение на погружение в состояние творчества. Оно заключается в смешивании различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения. Чем пахнет слово «лампа»? Каково на ощупь число 7? Какой вкус у сиреневого цвета? Какая форма у четверга (как она выглядит)? Какую музыку вы слышите, когда			

		представляете лицо пожилого человека, смеющегося ребенка – Спортивный экспромт: Учащимся предлагается: – придумать новую эстафету для спортивных соревнований, в которой бы отражался сюжет русской народной сказки «Куручка Ряба», «Царевна-лягушка»; – предложить комплекс производственной гимнастики для регулировщиков дорожного движения, сторожей вневедомственной охраны, дирижеров оркестра народных инструментов, проводников поездов дальнего следования.			
Раздел 6. Композиция и постановка танца – 64 часа					
5.	Основы композиции и постановки танца (8 ч.)	<u>Хореографический текст:</u> - Литературный и танцевальный язык. - Воплощение хореографического образа в танцевальном тексте. - Связь между танцевальным языком и законами драматургии. - Логика развития движения. - Композиция танца и его составляющие компоненты. - Ритм, акцент и ракурс в танцевальном движении. <u>Создание хореографического образа:</u> Определение хореографического образа. Жизненные наблюдения. Значение психологии в создании хореографического образа. Тесное взаимодействие хореографического образа и музыкального материала. Процесс создания хореографического образа балетмейстером. Воплощение хореографического образа на сцене в различных жанрах. Сценический образ. <u>Сочинение этюдов на заданную тему.</u>	Беседа, практическая работа	Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, костюмы, декорации, прочий реквизит	Участие в концертных номерах, выступления на концертах / фестивалях/ конкурсах
6.	Танцевальные этюды	Танцевальные этюды составляются на основе разучен-			

	(22 ч.)	ных движений по разделам и помогают закрепить полученные знания и умения. Танцевальные этюды бывают: 1) На развитие техники исполнения (хореографический материал выполняется уже в вариациях, в сочетаниях, от простого к сложному); 2) На композиционный рисунок (в основе лежит композиционный рисунок и его развитие); 3) На пластику (работа рук, корпуса, головы).			
7.	Постановочная и репетиционная работа (34 ч.)	Темы для постановочной работы должны вызывать интерес у детей. В постановочной работе используется метод совместного творчества педагога и учащихся (коммуникативный вид деятельности учащихся). Репетиционная работа – это очень трудоемкий раздел работы коллектива. На репетиции формируется художественный стиль коллектива, отрабатывается чистота и техника исполнения. Постановочная работа завершается в тренировочном зале, а репетиционная работа уже происходит на сцене. На репетициях вырабатывается ансамблевость, ровность и выразительность исполнения. Показ танца является необходимым этапом постановочной и репетиционной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Работа ведется в соответствии с репертуарным планом коллектива «Юность Балтики». Репертуарный план разрабатывается педагогом ежегодно. <u>Примерный репертуарный план:</u> 1. Краковяк; 2. Французская кадрили; 3. Танго; 4. «Гучи над городом встали»; 5. Вальс «Это было недавно...».			

Аттестация – 2 часа					
1.	Промежуточная аттестация	Практический тест. Тест на знание терминологии танца. Открытое занятие.	Беседа, практиче- ская работа	Компьютер, мультиме- дийный про- ектор, пре- зентация	Результат те- стирования, практических заданий

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

За период обучения учащиеся приобретают определенные знания, умения и навыки по этапам.

По окончании **1-го года обучения** учащиеся:

- приобретут навыки правильного и выразительного движения (привычка стоять прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах);
- усвоят подготовительные танцевальные движения и рисунки;
- приобретут навыки организованности и дисциплинированности.

По окончании **2-го года обучения** учащиеся:

- разовьют музыкальности и пластичности;
- усвоят приемы классической, эстрадной и современной хореографии;
- выработают сильные натянутые ноги, большой танцевальный шаг, высокий прыжок;
- разовьют координацию движения.

По окончании **3-го года обучения** учащиеся:

- выработают правильность и чистоту исполнения позиций и поз, движений;
- разовьют силу, выворотность и устойчивость ног;
- получат знания о танцах народа мира.

По окончании **4-го года обучения** учащиеся:

- научатся работать в ускоренном темпе и разнообразии ритмических рисунков;
- усвоят приемы актерского мастерства;
- разовьют творческий потенциал в процессе обучения и в постановочной работе.

По окончании **5-го года обучения** учащиеся:

- выработают выразительность и чистоту исполнения экзерсиса;
- усвоят технически сложные элементы классического, эстрадно-бального и современного танцев;
- изучат современное состояние хореографии как искусства.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год реализации программы	Учебный период												Продолжит. календ. года
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май				
1 год обучения		2,5 нед.	4 нед.	4 нед.	5 нед.		3 нед.	4 нед.	5 нед.	4 нед.	4,5 недели	Промеж. атт.	39 недель
2 год обучения	4 нед.	4 нед.	4 нед.	5 нед.		3 нед.	4 нед.	5 нед.	4 нед.	3 нед.	Промеж. атт.		39 недель
3 год обучения	4 нед.	4 нед.	4 нед.	5 нед.		3 нед.	4 нед.	5 нед.	4 нед.	3 нед.	Промеж. атт.		39 недель
4 год обучения	4 нед.	4 нед.	4 нед.	5 нед.		3 нед.	4 нед.	5 нед.	4 нед.	3 нед.	Промеж. атт.		39 недель
5 год обучения	4 нед.	4 нед.	4 нед.	5 нед.		3 нед.	4 нед.	5 нед.	4 нед.	3 нед.	Итог. атт.		39 недель

Аудиторные занятия по расписанию - 36 недель

 Промежуточная и итоговая аттестации

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в просторном, светлом, проветренном чистом зале, оснащенном хореографическими станками и зеркалами. Так же имеется помещение для подготовки учащихся к занятию (раздевалка) и подсобное помещение для хранения спортивного инвентаря, сценических костюмов и реквизита.

Оборудование, необходимое для проведения занятий:

- гимнастические коврики;
- спортивный (гимнастический) инвентарь.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер (ноутбук);
- аудиоколонки;
- мультимедийный проектор и экран;
- аудио- и видеозаписи.

Демонстрационный, наглядный иллюстрированный материал:

- фотографии исполнителей разных танцевальных жанров мирового уровня

Требования к внешнему виду обучающихся:

- тренировочная одежда (гимнастический купальник, футболка, трико, шорты, юбка);
- специальная танцевальная обувь (балетки, джазовки, туфли).

Кадровое обеспечение:

Педагог проводит занятия самостоятельно, концертмейстер не требуется.

Информационное обеспечение:

https://vk.com/dance_hrabrovo - ТАНЦУЮЩАЯ ШКОЛА. ХРАБРОВО	Группа для размещения фото и видео материалов, методических разработок и т.д.
http://dancehelp.ru/ - Хореографу в помощь	База методических видео-курсов, готовых постановок, лекций и аккомпанемента
http://www.horeograf.com/ - Всё для хореографов	Методические пособия, программы, книги, видео по хореографии
http://dancerussia.ru/ - Танцевальный Клондайк. Коллективы третьего тысячелетия	Интернет-ресурс, объединяющий посредством предоставления информации и услуг между собой представителей всех танцевальных сообществ, жанров и государств.
http://www.balletmusic.ru - Balletmusic	Балетная и танцевальная музыка
http://www.russianballet.ru	Журнал «Балет»

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Критерии оценки качества выполнения практических заданий:

- Выполнение физических упражнений, исполнение танцевальных движений и комбинаций осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя - хорошее освоение материала;

- Выполнение физических упражнений, исполнение танцевальных движений, комбинаций и этюдов осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя, участие в концертных номерах, предполагающее использование учащимися актерского мастерства – отличное освоение.

Оценивание результатов тестирования условно производится по пяти-балльной системе:

Отличное освоение – 5: успешное освоение воспитанником более 70 процентов содержания образовательной программы;

Хорошее – 4: успешное освоение воспитанником от 60 до 70% содержания образовательной программы

Удовлетворительное – 3: успешное освоение воспитанником от 50 до 60% содержания образовательной программы

Слабое – 2: освоение воспитанником менее 50 % содержания образовательной программы.

Полное отсутствие – 1

Важным элементом механизма оценивания образовательных результатов является рейтинг творческой активности учащихся в конкурсах, фестивалях и иных мероприятиях различных уровней.

Формы подведения итогов

- по результатам промежуточных зачетов по разделам;
- по результатам показов на открытых уроках, выступлений на концертах в учреждении и вне учреждения;
- по результатам конкурсных работ на муниципальных, областных, всероссийских, международных фестивалях/конкурсах.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входные тесты для определения специальных хореографических данных

1. Определение выворотности ног.
 - определение выворотности ног в коленных и голеностопных суставах (Demi-plie)
 - определение выворотности ног в тазобедренном суставе
 - «лягушка» - определение выворотности ног в тазобедренном суставе.
2. Определение свода и подъема стопы.
3. Определение высоты прыжка.
4. Гибкость тела (при хорошей гибкости корпус свободно наклоняется назад и вперед).
5. Определение высоты шага. Его высота определяется при выворотном положении в трех направлениях: в сторону, вперед и назад. Необходимо обращать внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Хорошо при отборе детей обратить внимание на темперамент ребенка. Принято выделять три основных свойства нервной системы – силу, уравновешенность и подвижность процессов возбуждения и торможения нервной системы. Отсюда – четыре основных их сочетания или четыре типа нервной деятельности:

- 1) Сангвиник – сильный уравновешенный, подвижный;
- 2) Холерик – сильный, неуравновешенный, подвижный;
- 3) Флегматик – сильный, уравновешенный, инертный;
- 4) Меланхолик – слабый тип.

Наиболее подходящими для обучения танцу принято считать сангвиников и холериков. С флегматиком будут необходимы индивидуальные занятия. Что касается меланхоликов, то они меньше всего подходят для обучения танцу.

Промежуточная аттестация 1-2 года обучения

Практика.

1. Хореографические данные.

Критерии: осанка, выворотность, танцевальный шаг.

Оценка:

1 балл – неправильная осанка, выворотность в 1 суставе из 3-х;

2 балла – нарушение осанки, выворотность в 2-х суставах из 3-х, танцевальный шаг 0,9;

4 балла – хорошая осанка, отличная выворотность в бедрах, голени, стопах.

2. Музыкально-ритмические способности

Критерии: чувство ритма, координация движений.

Оценка:

1 балл – нет чувства ритма, 1 показатель из трех. Не соединяет исполнение танцевальных движений под музыку.

2 балла – не всегда слышит ритм, 2 показателя из 3-х, 1 показатель из трех. Нечеткое исполнение танцевальных движений под музыку.

4 балла – отличное чувство ритма, хорошие показатели в 3-х пунктах: нервная, мышечная, двигательная, четко выполняет танцевальные элементы под музыку.

3. Сценическая культура.

Критерии: эмоциональная выразительность, создание сценического образа.

0 баллов – «зажат» на сцене, не может раскрыть образ

1 балл – «зажимается» на сцене, не сразу перевоплощается в нужный образ

2 балла – яркая эмоциональная выразительность образа, легко и быстро перевоплощается в нужный образ

Промежуточная аттестация 3-4 года обучения

Практика.

1. Хореографические данные.

Критерии: осанка, выворотность, танцевальный шаг.

Оценка:

0 баллов – неправильная осанка, выворотность в 1 суставе из 3-х.

1 балл – нарушение осанки, выворотность в 2-х суставах из 3-х, танцевальный шаг 0,9

2 балла – хорошая осанка, отличная выворотность в бедрах, голени, стопах.

2. Музыкально-ритмические способности.

Критерии: чувство ритма, координация движений.

Оценка:

0 баллов – нет чувства ритма, 1 показатель из трех. Не соединяет исполнение танцевальных движений под музыку.

1 балл – не всегда слышит ритм, 2 показателя из 3-х, 1 показатель из трех. Нечеткое исполнение танцевальных движений под музыку.

2 балла – отличное чувство ритма, хорошие показатели в 3-х пунктах - нервная, мышечная, двигательная, четко выполняет танцевальные элементы под музыку.

3.Сценическая культура.

Критерии: эмоциональная выразительность, создание сценического образа.

0 баллов – «зажат» на сцене, не может раскрыть образ

1 балл – «зажимается» на сцене, не сразу перевоплощается в нужный образ

2 балла – яркая эмоциональная выразительность образа, легко и быстро перевоплощается в нужный образ

4. Подъем стопы.

Критерии: изгиб стопы вместе с пальцами.

0 баллов – низкий подъем

1 балл – средний подъем

2 балла – высокий подъем стопы

5. Пластика.

Критерии: гибкость тела

0 баллов – плохая гибкость

1 балл – хорошая гибкость

2 балла – отличная гибкость

Итоговая аттестация 5 год обучения

Практика.

1. Хореографические данные.

Критерии: осанка, выворотность, танцевальный шаг.

Оценка:

1 балл – нарушение осанки, выворотность в 2-х суставах из 3-х, танцевальный шаг 0,9

2 балла – хорошая осанка, отличная выворотность в бедрах, голени, стопах.

2. Музыкально-ритмические способности

Критерии: чувство ритма, координация движений.

Оценка:

1 балл – не всегда слышит ритм, 2 показателя из 3-х, 1 показатель из трех. Нечеткое исполнение танцевальных движений под музыку.

2 балла – отличное чувство ритма, хорошие показатели в 3-х пунктах- нервная, мышечная, двигательная. четко выполняет танцевальные элементы под музыку.

3. Подъем стопы.

Критерии: изгиб стопы вместе с пальцами.

0 балла – средний подъем

1 балл – высокий подъем стопы

4. Пластика.

Критерии: гибкость тела

0 баллов - хорошая гибкость

1 балл - отличная гибкость

5. Прыжок.

Критерии: высота и легкость прыжка

1 балл - легкий невысокий прыжок

2 балла - легкий высокий прыжок

6. Танцевальная импровизация

Критерии: выполнение образа по заданию педагога

0 баллов - показывает набор движений

1 балл - показывает созданный образ

7. Хореографическая терминология

Критерии: знание терминов

0 баллов - используется только русская терминология

1 балл - используется русская и иностранная терминология

Оценке и контролю результатов обучения подлежит:

- осанка – состояние позвоночника и его соединение с тазовым поясом
- выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени, стопе)
- танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту.

Координация движений:

Нервная – определяет чувство ритма, равновесие, различные позы, запоминание движений, зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Мышечная – групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела при ходьбе, беге и др. движениях.

Двигательная – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

- эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

- подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, низкий) находится в прямой зависимости от эластичности связок и строение стопы.

- пластика – гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижности определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

- прыжок – его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов, стопы и пальцев).

Танцевальная импровизация – учащийся проявляет ярко выраженные способности в создании танцевального образа самостоятельно под данное музыкальное сопровождение.

Результаты освоения образовательной программы учащимися заносятся в таблицу 1.

Табл. 1

Результаты аттестации

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Высокий уровень 8-10 баллов	Средний уровень 5-7 баллов	Низкий уровень 0-4 баллов

- полностью освоивших программу дополнительного образования - высокий уровень (9-10 баллов);
- освоивших программу не в полном объеме - средний уровень (5-7 баллов);
- освоивших программу в минимальном объеме - низкий уровень ниже среднего (0-4 балла).

Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце»

Показать:

1. Пять позиций рук;
2. Пять позиций ног;
3. Позы:
 - a. Croisee (круазе) – поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.
 - b. Ecartee (экарте) – поза классического танца, развернутая по диагонали вперед или назад, корпус отклонен от ноги.
 - c. Effacee (эфасе) – развернутое положение ног и корпуса.
 - d. En face (ан фас) – прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.
 - e. Epaulement (эпольман) – положение исполнителя, повернутого во 2 или 8 точку; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (открытый).

Тестовые задания для проверки знаний терминов классического танца

I. Основные понятия:

1. Adagio (адажио):

- а) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

2. Allegro (аллегро):

- а) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

3. Aplomb (апломб):

- а) устойчивость;
- б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

4. Preparation (препарасьон):

- а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;
- б) приготовление, подготовка.

5. En face (ан фас):

- а) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

6. Croisee (круазе):

- а) развернутое положение корпуса и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

7. Efface (эфасэ):

- а) развернутое положение корпуса и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

8. Ecartee (экартэ):

а) отводить, раздвигать; поза, при которой вся фигура повернута по диагонали;

б) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

9. En dedans (ан дедан):

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

10. En dehors (ан деор):

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

11. Demi (деми):

а) маленький;

б) средний, небольшой.

12. Grand (гранд):

а) большой;

б) средний, небольшой.

13. Plie (плие):

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) приседание.

14. Releve (релеве):

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90*.

15. Arabesque (арабеск):

а) устойчивость;

б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

16. Pas de deux (па де де):

а) танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы;

б) танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

17. Pas de trois (па де тры):

а) танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы;

б) танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

II. Battements – биение, удары.

1. Battement (батман):

а) размах, биение;

б) бросок ноги на месте или в прыжке.

2. Battement tendu (батман тандю):

а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;

б) движение с ударом, или ударное движение.

3. Jete (жете):

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) движение с ударом, или ударное движение.

4. Grand battement (гранд батман):

- а) большой бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) маленький бросок ноги или брыжок.

5. Battement frappe (батман фрэппэ):

- а) бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) движение с ударом, или ударное движение.

6. Petit (пти):

- а) маленький;
- б) средний, небольшой.

7. Battement fondu (батман фондю):

- а) мягкое, плавное, «тающее» движение;
- б) движение с двойным ударом.

8. Battement soutenu (батман сотеню):

- а) раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90* в нужное направление;
- б) выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.

9. Releve (релевелье):

- а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90*.

III. Rond de jambe – круг.

1. Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер):

- а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
- б) круг ногой в воздухе.

2. Rond de jambe en l'air (ронд де жамб ан лер):

- а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
- б) круг ногой в воздухе.

IV. Port de bras – перегибы корпуса, рук, головы.

1. Port de bras (пор де бра):

- а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;
- б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

V. Связующие и вспомогательные движения, прыжки и вращения.

1. Pas (па):

- а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;
- б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

2. Passe (пассе):

- а) поворот корпуса во время движения.

б) от гл. «проводить, проходить»; связующее движение, проведение или переводение ноги.

3. Pas de bourree (па де буре):

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) наклоны корпуса, головы.

4. Sur le cou-de-pied (сюр ле ку де пье):

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) связующее движение, проведение или переводение ноги.

5. Sauté (соте):

а) простой прыжок с двух ног на одну;

б) прыжок на месте по позициям.

6. Changement de pieds (шажман де пье):

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

7. Echarpe (эшаппэ):

а) прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую;

б) прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

8. Tour chaîne (тур шене):

а) «сцепленный, связанный»; быстрые повороты, следующие один за другим;

б) тур в воздухе.

**Тестовые задания для проверки знаний
терминов современного танца**

1. Arch – (арч):

а) арка, прогиб торса назад;

б) изгиб верхней части позвоночника(до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

2. Body roll (боди ролл):

а) наклон торса вперед, в сторону (на 90*), назад с прямой спиной, без изгиба торса;

б) группа наклонов корпуса, волна.

3. Bounce (баунс):

а) мазок стопой по полу к опорной ноге.

б) трамплинное покачивание торса, вверх-вниз.

4. Contraction – (контракшн):

а) сжатие, уменьшение объема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

- б) позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

5. Corkscrew turn (корскру повороты):

- а) повороты, при которых повышается или понижается уровень вращения.
- б) это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.

6. Curve – (керф):

- а) изгиб верхней части позвоночника(до солнечного сплетения) вперед или в сторону.
- б) сокращенная стопа, кисть или колени.

7. Flat back (флет бек):

- а) наклон торса вперед, в сторону (на 90*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
- б) шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

8. Flat step (флет степ):

- а) наклон торса вперед, в сторону (на 90*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
- б) шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

9. Flex (флекс):

- а) сокращенная стопа, кисть или колени.
- б) падение расслабленного торса вперед или в сторону.

10. Flik (флик):

- а) группа наклонов корпуса, волна.
- б) мазок стопой по полу к опорной ноге.

11. Frog – position (фрог позишн):

- а) позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны;
- б) это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.

12. Deep body bend (диип боди бенд):

- а) наклон торсом вперед ниже 90*, сохраняя прямую линию торса и рук.
- б) сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.

13. Deep contraction (диип контракш):

- а) сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.
- б) наклон торса вперед, в сторону (на 90*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

14. Drop (дроп):

- а) падение расслабленного торса вперед или в сторону.

- б) шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

15.Pas faille (па файи):

- а) сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.
- б) это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.

16.Pas (па):

- а) шаг, движение, комбинация.
- б) пуант, носок, пальцы.

17.Pointe (поинт):

- а) сокращенная стопа, кисть или колени.
- б) пуант, носок, пальцы.

18.Preparation (препарасион):

- а) это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.
- б) подготовка к движению.

19.V- position (в позиция):

- а) позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны;
- б) положение рук (заниженная 2 и 3 поз.)

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы организации деятельности учащихся:

- групповая;
- индивидуально-групповая.

Основная форма организации занятий – групповая.

Формы проведения занятий:

- беседа;
- опрос;
- занятие-игра;
- творческое занятие;
- открытое занятие;
- итоговое занятие;
- репетиция;
- концертное выступление.

Основная форма проведения занятий – **учебное занятие**.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие **методы обучения**:

- по способу организации занятий:
 - словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);
 - наглядный (показ иллюстраций, пособий, приемов работы педагогом, работа по образцу, наблюдение);
 - практический (показ танцевальных движений (техника выполнения), выполнение упражнений, творческие задания).
- по способу усвоения изучаемого материала:
 - объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
 - репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности.
 - метод дифференцированного обучения: при такой организации учебно-воспитательного процесса педагог излагает новый материал всем учащимся одинаково, а для практической деятельности предлагает работу разного уровня сложности (в зависимости от возраста, способностей и уровня подготовки каждого учащегося).

В рамках одного занятия педагогом используется столько форм занятий и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных цели и задач.

Используемые педагогические технологии:

- по преобладающему методу:
 - объяснительно-иллюстративные;
 - развивающие;
 - творческие;
- по подходу к ребенку:

- гуманно-личностные;
- технологии сотрудничества;
- технологии свободного воспитания.

2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные акты

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.). Ратифицирована Постановлением ВС СССР 13 июня 1990 г. № 1559-1 // СПС Консультант Плюс.
4. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"».

Литература для педагога

1. Александрова Н.А., Макарова Н.В. Джаз-танец. Пособие для начинающих: Учебное пособие. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2012.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., «Рольф», 2001.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010.
4. Бальные танцы. – Бертельсманн Медиа Москау АО, 2001.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2007.
6. Гусев Г.П. Народный танец: методика преподавания: учеб.пособие для студентов вузов культуры и искусств. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2012.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка: учеб. Пособие для вузов культуры и искусств. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2005.
8. Журнал «Дополнительное образование» 2003: №11
9. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
10. Еремина-Соленикова Е.В. Старинные бальные танцы. Новое время. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2010.

11. Зарипов Р.С., Валяева Е.Р. Драматургия и композиция танца: Учебно-справочное пособие. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2015.
12. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. Ростов. 2004.
13. Латиноамериканские танцы. – Бертельсманн Медиа Москау АО, 2001.
14. Летягова Т.В., Романова Н.Н., Филлипов А.В., Шетэля В.М., Краткий словарь танцев. Под ред. Филлипова А.В. - М., Филинта: Наука, 2006.
15. Лэрд Уолтер Техника латиноамериканских танцев. Артис, 2008.
16. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016. – 520 с.
17. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006.
18. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000
19. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер. - М. 2007.
20. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009.
21. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АП-КиПРО, 2004.

Литература для детей и родителей

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», «Айрис - пресс» Москва, 2001 г.
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004.
3. Немова Г.В., Малышева А.Н. «Праздники, игры и танцы» Ярославль, академия развития, 2007 г.
4. Образцова Т.Н. «Музыкальные игры для детей» М; Этрол Лада 2005 г.
5. Прокопов К., Прокопова В. «Клубные танцы» М; АСТ Астрель хранитель, 2006 г.
6. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007.
7. Фомиченко И., Михайлова М. «Танцуем, играем, всех приглашаем», Ярославль, Академия развития 2007 г.

Интернет-ресурсы

1. Всё для хореографов: horeograf.com
2. Хореографу в помощь: dancehelp.ru
3. Форум для хореографов: perluna-detyam.com
4. Секреты Терпсихоры. Хореографу в помощь: secret-terpsihor.com
5. Всероссийский интернет-педсовет: pedsovet.org

2.7. ГЛОССАРИЙ (ПОНЯТИЙНЫЙ АППАРАТ)

Классический танец – определенный вид хореографической пластики, основное выразительное средство балета; четко выработанная система движений

Народно-сценический танец – исторически выработанная, устойчивая система выразительных средств хореографического искусства в сценической трактовке многообразия танцев, сложившихся на протяжении нескольких веков у многих народов.

Современный танец — направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX — начала XXI вв., сформировавшиеся на основе американского и европейского танца Модерн и танца Постмодерн. В данном направлении танец рассматривается как инструмент для развития тела танцовщика и формирования его индивидуальной хореографической лексики. Средствами этого выступает синтез, актуализация и развитие различных техник и танцевальных стилей. Для современного танца характерна исследовательская направленность, обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающейся философией движения и комплексом знаний о возможностях человеческого тела. Ведущими представителями являются Мерс Каннингхэм, Алвин Эйли, Талли Битти, Дональд Мак-Кейл, Алвин Николаи, Пол Тэйлор, Триша Браун.

Джаз-модерн – одно из направлений современной зарубежной хореографии, зародившееся в кон. XIX — начало XX вв. в США и Германии. Термин «Танец модерн» появился в США для обозначения сценической хореографии, отвергающей традиционные балетные формы.

Contemporary dance (контемпорари дэнс) – дословно означает «современный танец», один из самых популярных танцевальных стилей мировой современной хореографии.

Бальный танец – группа различных парных танцев, некоторые из которых имеют народные истоки.

Композиция и постановка танца – является одной из основных хореографических дисциплин. Главной целью дисциплины «Композиция и постановка танца» является воспитание всесторонне развитых хореографов – руководителей танцевальных коллективов. В задачу предмета входит подготовка хореографов-сочинителей, т.е. балетмейстеров, создающих свои оригинальные танцевальные композиции и хореографов-постановщиков, т.е. балетмейстеров, умеющих поставить танец. Курс «Композиция и постановка танца» делится на две части: теоретическую (лекции и выполнение письменных заданий) и практическую (выполнение практических заданий по сочинению и постановке этюдов и хореографических композиций). Композиция танца – это сочинение хореографии, сочетание единого целого из различных танцевально-пластических элементов, соединение и связь отдельных компонентов.

Стретчинг – комплекс упражнений, направленный на растягивание мышц.

Хореографическая терминология - система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий, которые кратко объяснить или описать сложно.

Хореографический станок – это разновидность спортивного инвентаря, представляющая собой длинные горизонтально расположенные брусья. Применяется как опора для ног и рук при отработке различных танцевальных упражнений.

Экзерсис – это комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика. Экзерсис выполняется у «станка» (прикрепленной кронштейнами к стене) и на середине учебного зала ежедневно. Экзерсис состоит из одних и тех же элементов.

Партерный экзерсис – комплекс упражнений на полу.

Учебный этюд – маленькое законченное произведение, в которое включены движения, манера, характер той или иной народности.

Танцевальный этюд - маленькое танцевальное произведение, в которое включена лексика и композиционный рисунок, имеет законченную форму.

Хореографическое произведение - строится на основе музыкального произведения, с которым теснейшим образом связан хореографический текст и рисунок танца. Балетмейстер может развивать ритмическую сторону музыкального произведения в сочиненном им хореографическом тексте, но характер этого развития должен соответствовать характеру музыкального произведения.

Рисунок танца - это перемещение исполнителей по сценической площадке. Хореографический текст - это танцевальные движения, жесты, позы, мимика. Рисунок танца и танцевальный текст составляют композицию танца.

Основная фигура - сочетание танцевальных шагов и движений корпуса, имеющие определенную ритмическую структуру, раскладку по направлениям движения, технику работы ног и стопы. Очень большое внимание уделяется ритмической структуре танца, развитию у обучающихся умения слушать и выделять музыкальные фразы.

Выворотность – это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положение en dehors (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу.

Тренаж – система тренировочных упражнений с целью приобретения каких-либо автоматических профессиональных навыков.

Изоляция – изолированная работа какой-то одной частью тела, каждая часть тела образует свое собственное изолированное поле напряжения и центр движения.

Кросс – передвижение в пространстве.

Партнеринг – это техника, основанная на силовых поддержках, когда два человека перемещаются в пространстве, вместе, в соприкосновении друг с другом, в телесном контакте.

Импровизация – произведение искусства, которое создается во время процесса исполнения, либо собственно процесс его создания.

Репертуар – совокупность хореографических произведений, исполняемых танцевальным коллективом.

Нумерация точек зала и диагонали

