

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Иркутска Центр детского творчества «Октябрьский»**

664046, г. Иркутск, б. Постышева, 20
тел. 22-42-62, <https://rused.ru/moucdt/>

Рекомендована
методическим советом
МБУДО г. Иркутска
ЦДТ
«Октябрьский»
Протокол №1

Утверждена
приказом по МБУДО г. Иркутска
ЦДТ «Октябрьский»
«24» августа 2021 года
№ 267/3

Дополнительная общеразвивающая программа

«В мире танца»

Направленность: художественная

Адресат программы:

учащиеся младшего, среднего
и старшего школьного возраста

Срок реализации: 8 лет

Разработчик программы:

Малахова Виктория Анатольевна
педагог дополнительного образования

Иркутск, 2021 год

Пояснительная записка

Информационные материалы и литература. При разработке программы был использован целый комплекс учебно-методических пособий: «Ритмическая пластика для дошкольников» А.И.Бурениной; учебно-методическое пособие для воспитателей и педагогов «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», «Музыка и движение» (авторы: С.Бекина, Т.Ломова, Е.Соковнина). Программа составлена с учетом действующих нормативных документов.

Направленность программы: художественная.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Программа ансамбля «Жарки» направлена на развитие мотивации личности ребенка, к познанию и творчеству, культурное самоопределение, творческую самореализацию обучающихся хореографическому искусству. При формировании специфического технико-тактического стиля деятельности, идейных основ поведения, этических норм и навыков создаются условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, интеграции в культуру. Развивается интеллектуальное и духовное эго личности, укрепляется психическое и физическое здоровье.

Отличительные особенности программы:

- комплексность учебных предметов (разделов): ритмика, партерная гимнастика, ритмо-пластика, классический танец, народно-сценический танец, эстрадный, современный танец;
- содержание учебного материала выстроено последовательно, по принципу «от простого к сложному»; с учетом возрастных особенностей учащихся;
- учебный материал направлен на постепенное развитие природных способностей детей, выдержана строгая последовательность в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами.

Учебная программа рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение допрофессиональных навыков. Занятия приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Программа включает в себя три этапа, каждый из которых состоит из нескольких лет обучения:

Этапы программы «В мире танца»	Срок реализации	Возраст	Год обучения по программе
«Учимся танцевать»	II года	Дошкольный и младший школьный	I II
«Танец»	III года	Младший и средний школьный	III IV V
«Мир танца»	III года	Средний и старший школьный возраст	VI VII VIII

Адресат программы: учащиеся дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста (от 5 до 18 лет).

Набор детей в группы первого года обучения осуществляется по желанию ребенка. Группы последующих годов обучения формируются в зависимости от уровня подготовленности (определяется на основании входной диагностики), освоения этапов учебной программы. Учащиеся могут быть разных возрастов в группе, комплектование групп зависит от смен обучения в общеобразовательных школах.

Срок освоения программы: 3 этапа (8 лет).

- 1 этап «Учимся танцевать» - 2 года;
- 2 этап «Танец» - 3 года;
- 3 этап «Мир танца» - 3 года.

Форма обучения: очная. **Адресат программы:** учащиеся дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста (от 5 до 18 лет).

Набор детей в группы первого года обучения осуществляется по желанию ребенка. Группы последующих годов обучения формируются в зависимости от уровня подготовленности (определяется на основании входной диагностики), освоения этапов учебной программы. Учащиеся могут быть разных возрастов в группе, комплектование групп зависит от смен обучения в общеобразовательных школах.

Срок освоения программы: 3 этапа (8 лет).

- 1 этап «Учимся танцевать» - 2 года;
- 2 этап «Танец» - 3 года;
- 3 этап «Мир танца» - 3 года.

Форма обучения: очная, при необходимости с включением дистанционных форм обучения.

Организация форм проведения: групповые, индивидуальные.

Режим занятий:

1 этап «Учимся танцевать»

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	1ч	2	2	72
2	2ч	2	4	144

2 этап «Танец»

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в Неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
3	2ч	3	6	216
4	2ч	3	6	216
5	2ч	3	6	216

3 этап «Мир танца»

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
6	2ч	3	6	216
7	2ч	3	6	216
8	2/3ч	3	6 (9)	216/324

«Индивидуальная работа»

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
	2ч	1	2ч	72 часа

Продолжительность учебного часа в группах регламентируется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Продолжительность индивидуального занятия - 30 минут.

Цель программы: воспитание творческой личности средствами хореографии, гармоничное развитие и формирование морально-волевых и нравственно-этических качеств учащихся в ансамбле «Жарки».

Задачи:
обучающие:

1. Освоение базового хореографического образования и основ классического, народного танцев.
2. Овладение теоретическими основами и профессиональной терминологией хореографии.
3. Техническая подготовка, построенная на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
4. Формирование знаний основ структуры танца, **развивающие:**

1. Развитие физических качеств, обучающихся: ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, прыгучести, выносливости.
2. Развитие танцевальных данных: выворотности, прыжка, шага, координации и ритмической координации.
3. Развитие музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

воспитательные:

1. Воспитание целеустремленности, настойчивости, трудолюбия, творческой активности и самостоятельности, культуры поведения и этикета средствами хореографии.
2. Воспитание дружбы и сотворчества, чувства долга и ответственности, дисциплинированности в коллективной хореографической деятельности, скромности и требовательности к себе.

Привитие необходимых навыков здорового образа жизни и двигательной активности.

Объем программы: 2 376 часов.

1 этап «Учимся танцевать» - 216 часов: 1 год обучения - 72 часа; 2 год обучения - 144 часа.

2 этап «Танец» - 648 часов: 1 год обучения - 216 часов; 2 год обучения - 216 часов; 3 год обучения - 216 часа.

3 этап «Мир танца» - 648 часов: 1 год обучения - 216 часов; 2 год обучения - 216 часа; 3 год обучения - 216(324) часа.

Содержание программы

1 этап (2 года) - «Учимся танцевать»

Цель этапа программы:

Развитие музыкально-ритмических и двигательных-танцевальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- 1 Формирование танцевальных умений и навыков;
- 2 Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельно-

сти;

- 3 Приобщение к здоровому образу жизни;
- 4 Формирование правильной осанки;
- 5 Развитие творческих способностей;
- 6 Развитие темпа - ритмической памяти учащихся.

Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Первый год обучения.

Раздел «Ритмопластика» - 36 часов.

Хореографический практикум.

1. Музыкально-ритмические навыки

Практика: движение под музыку; развитие слухового внимания, выполнение движений в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слухового и двигательного опыта, осмысленное использование выразительных движений в соответствии с музыкально-игровым образом, исполнение разнообразных и сложных по координации движений - из области хореографии, гимнастики, импровизация под незнакомую музыку.

2. Выразительность движения

Элементы движения. Терминология в хореографии. Практика: выполнение различных видов шага, бега, прыжка; построение хореографических элементов танца: круг, шеренга, воротца (сужение и расширение в них); выполнение хореографических упражнений с предметами; инсценировка, свободная пляска, исполнение несложных композиций плясок.

3. Танцевально - развивающие игры

Репертуар (танцевальные этюды): «Веселые путешественники», «Неваляшки», «Кузнецик», «Лошадки», «Белочка», «Разноцветная игра», «Марш», «Красная шапочка», «Кот Леопольд», «Поросята», «Антошка», «Мячик», «Кошка и девочка», «Веселая пастушка», «Песенка о лете».

Раздел «Ритмика» - 36 часов.

Введение.

Структура занятия. Ритмика. Партерная гимнастика.

Внешний вид обучающихся на занятиях хореографии. Техника безопасности. Физические упражнения в хореографии. Балетная осанка. Практика: маршировка и бег, активные и активно - пассивные упражнения; гимнастические имитационные упражнения на полу, пластика, растяжка; игры.

Хореографический практикум.

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато, стаккато.

Музыка, её характер и оттенки (весёлые, спокойные, энергичные, торжественные); темп музыки (медленно, умеренно, быстро); понятия легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении. Практика: выполнение движений в различных темпах, переключение из одного темпа в другой, постепенное ускорение и замедление движения; выполнение движений с различной силой, амплитудой, в зависимости от характера музыки.

1. Длительность, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные, слабые доли, музыкальный размер.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четверти и восьмые). Понятие о ритмическом рисунке как о сочетании различных длительностей. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долях. Практика: воспроизведение разнообразных ритмических рисунков, состоящих из восьмых, четвертных и половинных нот; выделение сильные и слабые доли на слух, воспроизведение их хлопками и дирижирование в музыкальном размере 2/4, %, 4/4.

2. Строение музыкального произведения

Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Практика: смена движений в зависимости от смены частей и фраз, определение характера различных частей и движение в харак-

тере музыки; музыкально-ритмические упражнения: марш; танцевальный шаг; танцевальный бег, подскоки, галоп вперёд с двух ног; боковой галоп с двух ног; мягкий пружинящий шаг; шаг польки; трамплинный прыжок; простой хороводный шаг; «лошадки»; переменный шаг; приставной шаг;

4. Танцевально - развивающие игры

1 год обучения: Репертуар (танцевальные этюды).

2 год обучения. Репертуар (танцевальные этюды).

Второй год обучения.

Раздел «Ритмопластика» - 72 часа.

Хореографический практикум.

1. Музыкально-ритмические навыки

Практика: движение под музыку; развитие слухового внимания, выполнение движений в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слухового и двигательного опыта, осмысленное использование выразительных движений в соответствии с музыкально-игровым образом, исполнение разнообразных и сложных по координации движений - из области хореографии, гимнастики, импровизация под незнакомую музыку.

2. Выразительность движения

Элементы движения. Терминология в хореографии. Практика: выполнение различных видов шага, бега, прыжка; построение хореографических элементов танца: круг, шеренга, воротца (сужение и расширение в них); выполнение хореографических упражнений с предметами; инсценировка, свободная пляска, исполнение несложных композиций плясок.

3. Танцевально - развивающие игры.

Репертуар (танцевальные этюды): «Кукляндия», «Упражнения с осенними листьями», «Танцуйте сидя», «Три поросенка», «Птичий двор», «Домисолька», «Старинная полька», «Цирковые лошадки», «Дети и природа», «Солдатики и куклы», «Цветы и бабочки», «Парный танец».

Раздел «Ритмика» - 72 часа.

Введение

Построение урока. Ритмика. Партерная гимнастика.

Внешний вид обучающихся на занятиях хореографии. Техника безопасности. Физические упражнения в хореографии. Балетная осанка. Практика: маршировка и бег, активные и активно - пассивные упражнения; гимнастические имитационные упражнения на полу, пластика, растяжка; игры.

Хореографический практикум.

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато, стаккато.

Музыка, её характер и оттенки (весёлые, спокойные, энергичные, торжественные); темп музыки (медленно, умеренно, быстро); понятия легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении. Практика: выполнение движений в различных темпах, переключение из одного темпа в другой, постепенное ускорение и замедление движения; выполнение движений с различной силой, амплитудой, в зависимости от характера музыки.

2. Длительность, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные, слабые доли, музыкальный размер.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четверти и восьмые). Понятие о ритмическом рисунке как о сочетании различных длительностей. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долях. Практика: воспроизведение разнообразных ритмических рисунков, состоящих из восьмых, четвертных и половинполовинных нот; выделение сильные и слабые доли на слух, воспроизведение их хлопками и дирижирование в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.

3. Строение музыкального произведения

Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Практика: смена движений в зависимости от смены частей и фраз, определение характера различных частей и движение в характере музыки; музыкально-ритмические упражнения: марш; танцевальный шаг; танцевальный бег,

подскоки, галоп вперёд с двух ног; боковой галоп с двух ног; мягкий пружинящий шаг; шаг польки; трамплинный прыжок; простой хороводный шаг; «лошадки»; переменный шаг; приставной шаг;

4. Танцевально - развивающие игры

Репертуар (танцевальные этюды).

2 этап (3 года) - «Танец»

Особенность этапа программы состоит в том, что большая часть занятия на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и сценическая деятельность.

Цель этапа программы:

1. Обучить учащихся основам хореографии.
2. Сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений.
3. Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.

Задачи:

1. Сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.
2. Научить выразительности и пластичности движений.
3. Формировать фигуру, ловкость, выносливость и физическую силу.
4. Дать возможность самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.
5. Научить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
6. Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

Задачи 1 года обучения:

1. Освоение партерного экзерсиса: повысить гибкость суставов, улучшить пластичность мышц связок, нарастить силу мышц.
2. Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.
3. Развить выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений.

Задачи 2 года обучения:

1. Сформировать танцевальные знания и умения.
2. Научить основам разных направлений в хореографии.

Задачи 3 года обучения:

1. Научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
2. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы. Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца

Третий год обучения

Раздел «Партерная гимнастика» - 216 часов.

Партерная гимнастика. Терминология, понятийный аппарат. Упражнения на полу на напряжение и расслабление мышц, упражнение на выработку выворотности, укрепление опорно-двигательного аппарата, укрепление нервной системы.

Разучивание и тренаж основных упражнений партерной гимнастики:

1. Развитие гибкости
2. Упражнения для стоп
3. Растяжка
4. Прыжки

Хореографический практикум.

Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса: «Змея», «Ящерица», «Кораблик», «Качели», «Лодка», «Рыбка», «Колечко», «Мостик», «Кузнечик», «Собачка», «Скорпион», «Кол «Ванька-встанька», «Страус», «Носорог», «Веточка», «Улитка», «Ёжик», «Слон», «Осьминог». Упражнения для укрепления позвоночника: «Маятник», «Морская звезда», «Месяц», «Луна», «Флюгер», «Стрекоза», «Часики», «Узелок». Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног: «Бабочка», «Тростинка», «Рак», «Паучок», «Павлин», «Лягушка», «Зайчик», «Бег», «Ёлочка», «Велосипед», «Тараканчики», «Верёвка», «Жучок», «Лесенка», «Хлопушка». Упражнения на развитие стоп: «Ходьба», «Лошадки», «Гусеница», «Медвежонок», «Лягушонок». Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса: «Дощечка», «Замочек», «Пловцы», «Пчёлка», «Самолёт», «Мельница». Упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Петушок», «Ласточка», «Орёл», «Крыло».

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над сознанием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Четвертый год

обучения Раздел «Классический танец» - 108 часов.

Классический танец и его первооснова, выразительные средства, взаимосвязь классического танца с другими видами хореографического искусства. Основная задача первого года - постановка корпуса, рук, ног, головы, а так, же изучение движений классического танца у станка и на середине.

Хореографический практикум (урок №1)

1. Изучение позиций рук и ног.
 - а) позиции ног (I, II, III, IV, V - пять выворотных позиций);
 - б) позиции рук (1,2,3- позиции и подготовительное положение рук);
2. Постановка корпуса
3. Движение на развитие эластичности мышц и суставов:
 - а) растяжка;
 - б) перегибы корпуса;
 - в) шпагаты;

Экзерсис у станка:

- а) Demi-plies (лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног) полуприседание и полное приседание Grand plies;
- б) Battement tendu (лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног);
- в) Battement tendu jete (изучается так же как батман тандю);
- г) Rond de gambe par terre (лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону, позже назад);
- д) Battement raleves lents на 45 градусов (лицом к станку, в сторону, позднее вперёд, держась одной рукой за станок);

е) Grand battement jetes (лицом к станку, броски в сторону, назад. Спина к станку броски вперед).

Экзерсис на середине.

1. Постановка корпуса
2. Переходы рук из позиции в позицию (пордебра I, III, I - подготовительная)
3. а) Demi-plies (I, II, III позиции ног);
б) Battement tendu (I в сторону, позже по I и V позиции вперед, в сторону и назад);
в) Grand battement jetes (вперед, в сторону, назад).

Все движения выполняются в чистом виде без вариаций.

Прыжки.

а) Трамплины по I и VI позиции **Хореографический практикум (урок №2)**

Экзерсис у станка:

- а) Grand plies в I, II, V, IV позициях;
- б) Battement double frappes;
- в) Battement fondus на 45 градусов, на полупальцах;
- г) Battement developpes passes;
- д) Petit battement;
- е) Preparation для rond de gambe par terre;

Экзерсис на середине:

- а) Большие позы: croise, en efface;
- б) Tan lie партер с перегибом корпуса;
- в) Port de bras (первое 2т. 4/4; второе 2т. 4/4; третье 4т. 4/4);
- г) Адажео;
- д) Изучение pas de bourree с переменной ног, размер 2/4, темп умеренно.

Прыжки.

- а) Saute;
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble;

Раздел «Народный танец» - 108 часов.

Роль народного танца в создании профессионального классического и современного балетного танца. Народный танец - основа деятельности хореографического коллектива. Балетмейстеры: И. А. Моисеев, Н. С. Надеждина, Т. А. Устинова, П.П. Вирский, педагоги народно-сценического танца Т. С. Ткаченко, А. В. Лопухов, А. А. Ширяев.

Хореографический практикум (урок №1)

Методика тренажа и танца народов

Экзерсис у станка

- а) постановка корпуса
- б) перегибы корпуса
- в) «штопор»
- г) «веревочке»
- д) «качалочке»
- е) прыжковые «голубцы»
- ж) дробные выстукивания:
 - тройной притоп
 - выстукивания всех ступеней
 - двойная дробь
- з) «присядка»
- и) «ползунки»
- к) «мячик»
- л) «подбивочные движения»

Экзерсис на середине

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что

изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) «присядка»

Украинский танец

- а) _положения рук
- б) основные ходы и движения:
 - «бегунец»
 - «тынок»
- в) медленный женский ход с остановкой на третьем шаге, назад с остановкой
 - «дорожка»
 - боковой ход
- г) «припадание»
 - «дорожка - плетёнка»
 - припадание с переменной ног
- д) «верёвочка»
- е) «выхилистник»
- ж) «ковырялочка»
- з) «голубец» на месте, с продвижением в повороте
- и) «присядки»
 - «подсечка»
 - «ползунок»

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относят все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем, не обладает какими-либо правилами и канонами. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

1. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лёжа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- г) упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности

мышц голени и стопы;

и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;

к) упражнения для исправления осанки.

2. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляции (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали;

- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;

- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

3. Элементы латины.

- различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);

- «качающие бёдра» с плавными перемещениями.

4. Элементы акробатики.

- «Мостик» разные варианты;

- «Колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;

- «Стойка на руках»;

- «Берёзка» -т стойка на лопатках.

5. Прыжки.

- на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;

- с продвижением, с подбивкой, со скрещением ног и др.;

6. Вращения.

- повороты на 90*, 180*, 360* с различных шагов, подходов;

- традиционные формы.

Раздел «Эстрадный, стилизованный танец».

Эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, вокала, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Разновидности эстрадных танцев:

- акробатический танец с наметившимися внутри него тенденциями разнообразия - героики, лирики, гротеска;

- классический танец, почти смыкающийся виртуозностью поддержки с акробатикой;

- сюжетно-характерный танец (его иногда называют-танцевальной миниатюрой);

- военная пляска-массовая и сольная, построенная на элементах пантомимы, народных танцевальных движений и строевых упражнениях, исполняющихся на народную и военную музыку;

- массовые танцы герлс, основанные на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку;

- ритмические танцы, или «танцы в временных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, степа, бытового бального танцев.

Стилизация - частичное, но явное выделение в композиции узнаваемых черт одного стиля или направления в другом. Сочетание современных, акробатических движений, трюков с истинно народными движениями. Использование уже встречавшихся в истории искусства художественных форм, с целью выявить новые возможности и подчеркнуть особенности художественного стиля.

- «Моталочка» в сочетании с современными движениями;

- «Верёвочка» в сочетании с современными движениями;

- «Ковырялочка» в сочетании с современными движениями;

- «Ходы» в сочетании с современными движениями;

- «Вращения» в сочетании с современными движениями;

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над сознанием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Индивидуальное обучение (Малые хореографические формы) 36 часов

Индивидуально-дифференцированная форма в хореографии ориентирована на создании условий для творческой самореализации учащегося. Новый танец становится «открытием ума, сердца и души». Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход.

Цель:

- 1 Развитие творческой индивидуальности
- 2 Развитие коммуникативного воображения
- 3 Развитие логического мышления
- 4 Развитие изобретательности
- 5 Формирование творческого интереса

Малые хореографические формы.

Классификация малых форм:

- Соло
- Дуэт
- Трио
- Квартет

Существует две основные формы дуэтного танца:

1. Pas de deux.
2. Хореографический дуэт.

Хореографический дуэт сегодня - это самостоятельное художественное произведение, pas de deux – танцевальное действие внутри балетного спектакля.

Структура pas de deux:

1. Антре- вступительная часть, где на сцене появляются оба исполнителя.
2. Адажио- дуэтный танец лирического характера.
3. Мужская вариация- сольный танец исполнителя.
4. Женская вариация- сольный танец исполнительницы.
5. Кода- кульминационная часть всей формы, где исполнители демонстрируют виртуозность сложных по технике сольных танцевальных pas. Эта часть, как правило заканчивает сложным по технике исполнения дуэтным эпизодом.

Хореографический дуэт- исполнение танцевальных партий двумя танцовщиками, во время которых раскрываются личные отношения главным действующим лиц их чувства, мысли, наполненные сюжетным звеном, являющимся главным замыслом балетного спектакля. В дуэте происходит общение на языке хореографии: посредством движений, поз, жестов, мимики. Общее содержание всей постановки определяется именно через отношение исполнителей друг к другу в дуэтном танце. Композиционно-лексическое строение их обычно выглядит как танец «унисон». Но случается, что выстраивать эти дуэты необходимо по принципу «зеркального отражения».

Трио- танцевальная форма, представленная в виде танца трёх исполнителей. Обычно имеет

более свободную пластику и разнообразие в движениях, не замкнутыми канонами классического балета.

Хореографический квартет- разновидность малой хореографической формы. Структура их становится более иной, более свободной в вариационном смысле. Это обусловлено и тем, что возможности для сочинения танцев для четырёх танцовщиков весьма значительны.

Пятый год обучения

Раздел «Классический танец» - 108 часов

Повышается музыкальный темп упражнений, изучаемых на первом году обучения. Увеличивается уровень подъёма ног (на 45- 90 градусов). Изучение препарсьёна. Координация ног, рук и головы в движении. Прыжки с двух ног на две, разные этапы прыжка.

Хореографический практикум.

Экзерсис у станка:

а) Demi-plies, grand plies по I, II, V позиция ног держась одной рукой за станок. Исполняется в темпе анданте, в размере %;

б) Battement tendu из V позиции вперёд, в сторону, назад. Размер 2/4, темп модерато (с последующим добавлением Demi-plies);

в) Battement tendu jete из V позиции вперёд, в сторону, назад. Размер 2/4, характер четкий, темп модерато;

г) Battement tendu piques

д) Rond de gambe par terre исполняется по I позиции, изучение- en dehors, en dedans;

е) Battement frappes с начало лицом к станку, позже держась одной рукой за станок, крестом;

ж) Releves lents на 45, 90 градусов - стоя боком к станку. Размер %, 4/4 по такту на движение и фиксацию положения, темп модерато;

з) Перегибы корпуса;

и) Прыжки лицом к станку;

а) Pas echappe на II позицию;

б) Changement de pied;

2.2 Экзерсис на середине.

а) Demi-plies I, II, V позиции ног;

б) Battement tendu по V позиции;

в) Battement tendu jete по V позиции;

г) Rond de gambe par terre;

д) Grand battement jetes.

Прыжки.

а) Temps saute I, II, V позиции;

б) Changement de pied V позиции;

в) Pas echappe;

г) Разножка;

Раздел «Народный танец»- 108 часов.

Хореографический практикум (урок №1)

Методика тренажа и танца народов

Экзерсис у станка

а) постановка корпуса

б) перегибы корпуса

в) «штопор»

г) «веревочке»

д) «качалочке»

- е) прыжковые «голубцы»
- ж) дробные выстукивания:
 - тройной притоп
 - выстукивания всех ступеней
 - двойная дробь
- з) «присядка»
- и) «ползунки»
- к) «мячик»
- л) «подбивочные движения»

Экзерсис на середине

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Украинский танец

- а) _положения рук
- б) основные ходы и движения:
 - «бегунец»
 - «тынок»
- в) медленный женский ход с остановкой на третьем шаге, назад с остановкой
 - «дорожка»
 - боковой ход
- г) припадание
 - «дорожка - плетёнка»
 - припадание с переменой ног
- д) «верёвочка»
- е) «выхилиястник»
- ж) ковырялочка
- з) «голубец» на месте, с продвижением в повороте
- и) присядки
 - «подсечка»
 - «ползунок»

Хореографический практикум (урок №2)

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и Grand plies (лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battement tendu (лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперед и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre (лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперед, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac

е) Grand battement jetes (лицом к станку, броски в сторону, назад. Спина к станку броски вперед).

Экзерсис на середине.

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Бурятский

танец

- а) движение кистей
 - сгибание и разгибание в запястьях
 - вращение внутрь и наружу
 - волнообразное, движение рук, мягкое от предплечья
 - переводы из стороны в сторону
- б) «с пилой», движения головы
- в) ходы:
 - мягкие шаги с полупальцев на всю стопу
 - боковой
- г) опускания на колени
 - на одно на оба
- д) перегибы корпуса
 - стоя, назад, сидя на коленях
- е) по кругу повороты
 - шагами из стороны в сторону.

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относят все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и не предсказуем, не обладает какими-либо правилами и канонами. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

1. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лёжа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- г) упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности

мышц бедра;

ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;

з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;

и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;

к) упражнения для исправления осанки.

2. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляции (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали;

- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;

- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

3. Элементы латины.

- различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);

- «качающие бёдра» с плавными перемещениями.

4. Элементы акробатики.

- «Мостик» разные варианты;

- «Колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;

- «Стойка на руках»;

- «Берёзка» - стойка на лопатках.

5. Элементы верхнего брэйка.

- в основе волнообразные движения всеми частями тела;

- работа диафрагмы (в стороны, крестом, по кругу);

- «Лесенка», «Робот».

6. Прыжки.

- на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;

- с продвижением, с подбивкой, со скрещением ног и др.;

7. Вращения.

- повороты на 90*, 180*, 360* с различных шагов, подходов;

- традиционные формы.

Раздел «Эстрадный, стилизованный танец».

Эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самый различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, вокала, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Разновидности эстрадных танцев:

- акробатический танец с наметившимися внутри него тенденциями разнообразия - героики, лирики, гротеска;

- классический танец, почти смыкающийся виртуозностью поддержки с акробатикой;

- сюжетно-характерный танец (его иногда называют-танцевальной миниатюрой);

- военная пляска-массовая и сольная, построенная на элементах пантомимы, народных танцевальных движений и строевых упражнениях, исполняющихся на народную и военную музыку;

- массовые танцы герлс, основанные на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку;

- ритмические танцы, или «танцы в временных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, степа, бытового бального танцев.

Стилизация - частичное, но явное выделение в композиции узнаваемых черт одного стиля или направления в другом. Сочетание современных, акробатических движений, трюков с истинно народными движениями. Использование уже встречавшихся в истории искус-

ства художественных форм, с целью выявить новые возможности и подчеркнуть особенности художественного стиля.

- «Моталочка» в сочетании с современными движениями;
- «Верёвочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ковырялочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ходы» в сочетании с современными движениями;
- «Вращения» в сочетании с современными движениями;

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над сознанием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Индивидуальное обучение (Малые хореографические формы) 72 часа

Индивидуально-дифференцированная форма в хореографии ориентирована на создании условий для творческой самореализации учащегося. Новый танец становится «открытием ума, сердца и души». Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход.

Цель:

1. Развитие творческой индивидуальности
2. Развитие коммуникативного воображения
3. Развитие логического мышления
4. Развитие изобретательности
5. Формирование творческого интереса

Малые хореографические формы.

Классификация малых форм:

- Соло
- Дуэт
- Трио
- Квартет

Существует две основные формы дуэтного танца:

1. Pas de deux.
2. Хореографический дуэт.

Хореографический дуэт сегодня - это самостоятельное художественное произведение, pas de deux – танцевальное действие внутри балетного спектакля.

Структура pas de deux:

1. Антре- вступительная часть, где на сцене появляются оба исполнителя.
2. Адажио- дуэтный танец лирического характера.
3. Мужская вариация- сольный танец исполнителя.
4. Женская вариация- сольный танец исполнительницы.
5. Кода- кульминационная часть всей формы, где исполнители демонстрируют виртуозность сложных по технике сольных танцевальных pas. Эта часть, как правило заканчивает сложным по технике исполнения дуэтным эпизодом.

Хореографический дуэт- исполнение танцевальных партий двумя танцовщиками, во время которых раскрываются личные отношения главным действующим лиц их чувства, мысли,

наполненные сюжетным звеном, являющимся главным замыслом балетного спектакля. В дуэте происходит общение на языке хореографии: посредством движений, поз, жестов, мимики. Общее содержание всей постановки определяется именно через отношение исполнителей друг к другу в дуэтном танце. Композиционно-лексическое строение их обычно выглядит как танец «унисон». Но случается, что выстраивать эти дуэты необходимо по принципу «зеркального отражения».

Трио- танцевальная форма, представленная в виде танца трёх исполнителей. Обычно имеет более свободную пластику и разнообразие в движениях, не замкнутыми канонами классического балета.

Хореографический квартет- разновидность малой хореографической формы. Структура их становится более иной, более свободной в вариационном смысле. Это обусловлено и тем, что возможности для сочинения танцев для четырёх танцовщиков весьма значительны.

3 этап (3 года) - «Мир танца».

Третий этап программы содержит сочетание тренировочных упражнений и танцевальных движений классического, народного танца. Раздел программы рассчитана на 3 года обучения. Форма занятий - работа с группой обучающихся с использованием современных форм и методов образовательного процесса. Занятия делятся на теоретическую, практическую часть и на индивидуальную работу. Каждое занятие включает в себя: разминка, экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, прыжки.

Цель этапа программы - ознакомление учащихся с многообразными танцевальными формами и основами танцевального искусства.

Обучающие задачи:

1. Расширить знаний в области хореографического искусства.
2. Сформировать опыт танцевального исполнительского творчества.

Воспитательные задачи:

3. Содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка.
4. Совершенствовать нравственно - эстетических, духовных и физических потребностей.

Развивающие задачи:

5. Развивать природные способности каждого учащегося.
6. Уметь выражать собственные ощущения, используя язык хореографии;
7. Развить навыки общения в группе;

В результате обучения учащиеся должны:

Уметь:

Исполнять основные элементы хореографических экзерсисов.

Знать:

Основные виды и жанры танцевального искусства.

Узнавать изученные во время занятий произведения и соотносить их с определенной эпохой, стилем, направлением.

Владеть:

Выполнением движений разных жанров хореографии.

Шестой год

обучения Раздел «Классический танец» - 108 часов.

Основными задачами этого курса является: повторение и закрепление пройденного материала, дальнейшее развитие силы и выносливости, нагрузки в упражнениях. Правила исполнения, объяснение и показ упражнений, предупреждение наиболее распространенных ошибок.

Хореографический практикум (урок №1)

Экзерсис у станка:

- a) Battement double frappes;
- б) Battement developpes;
- в) Petit battement sur le cou-de-pied;

- г) Battement soutenu;
- д) Rond de gambe par terre на demi-plies;

Экзерсис на середине:

Дополнительно:

- а) Port de bras- I, II, III, IV позиции;

Большие позы: croise, en efface с подъёмом ноги на 45 градусов. Пройденный материал повторяется в более разнообразных комбинациях.

Прыжки.

- а) Changement de pied (большое);
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble
- д) Sissonne fermee

Хореографический практикум (урок №2)

Экзерсис у станка:

Дополнительно:

- а) Battement double frappes;
- б) Battement fondus на 45 градусов, на полупальцах;
- в) Battement developpes passes;
- г) Petit battement;
- д) Rond de gambe en lair;

Экзерсис на середине:

Дополнительно:

- а) Большие позы: croise, en face;
- б) Tan lie партер с перегибом корпуса;
- в) Маленький пируэт;
- г) Адажео;
- д) Изучение pas de bourree с переменной ног, лицом к станку, размер 2/4, темп модерато.

Прыжки.

- а) Saute;
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble;
- д) Sissonne ouverte;

Раздел «Народный танец» - 108 часов.

Народный танец - вид искусства хореографии. Народный танец и музыка. Танцевальный фольклор.

Хореографический практикум (урок №1)

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и Grand plies (лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battement tendu (лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre (лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac
- е) Grand battement jetes (лицом к станку, броски в сторону, назад. Спина к станку броски вперёд).

Экзерсис на середине

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук

- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход на ребро каблучка
 - переменный ход вперед и назад -«елочка»
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
 - на переступаниях по точкам
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «жовырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Белорусский танец

- а) положение рук:
 - на талию, кисти тыльной стороной или ладонями
 - скрещены на груди
 - на талии сзади, тыльной стороной (мужское)
- б) руки в парах:
 - «воротца»
 - скрещенные перед собой
- в) подскоки на полупальцах с поворотом
- г) боковой шаг с притопом в повороте **Молдавский танец**
- а) положения рук
- б) положения рук в парах и круговых танцах
- в) ходы:
 - шаг в сторону с открыванием ноги в сторону, в скрещенное положение
 - мелкие поочередные переступания на полупальцах
 - плавные шаги в сторону в перекрещенное положение
 - шаги вперед и назад в полуприседании с подъемом на полупальцы
 - шаги с подскоком и подъемом согнутой ноги вперед на 90 °
 - шаг вперед на каблук и соскок на всю стопу
- г) вращение в паре
 - боковой ход с подскоком на передней ноге
 - вращение в паре (руки на плечи)
 - вращение в паре (руки на талии)

Хореографический практикум (урок №2)

Народный танец

Народный танец, танцевальная культура других народов; народно-сценический танец; французская терминология, ставшая международной, а также образные народные названия.

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и Grand plies (лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battement tendu (лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre (лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac
- е) Grand battement jetes (лицом к станку, броски в сторону, назад. Спина к станку броски вперёд).

Экзерсис на середине.

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Цыганский танец

- а) положения рук
- б) ходы и основные движения
 - мелкие скользящие шаги на вытянутых ногах
 - переменный шаг с отбрасыванием ног от колена
 - шаг в сторону, скрещивая ноги
- в) чечётка с подскоком на опорной ноге.

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относят все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем, не обладает какими-либо правилами и канонами. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

8. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лёжа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и

эластичности мышц плеча и предплечья;

г) упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;

д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;

е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;

ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;

з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;

и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;

к) упражнения для исправления осанки.

9. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляции (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали;

- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;

- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

10. Элементы латины.

- различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);

- «качающие бёдра» с плавными перемещениями.

11. Элементы акробатики.

- «Мостик» разные варианты;

- «Колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;

- «Стойка на руках»;

- «Берёзка» - стойка на лопатках.

12. Элементы верхнего брэйка.

- в основе волнообразные движения всеми частями тела;

- работа диафрагмы (в стороны, крестом, по кругу);

- «Лесенка», «Робот».

13. Прыжки.

- на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;

- с продвижением, с подбивкой, со скрещением ног и др.;

14. Вращения.

- повороты на 90*, 180*, 360* с различных шагов, подходов;

- традиционные формы.

Раздел «Эстрадный, стилизованный танец».

Эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, вокала, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Разновидности эстрадных танцев:

- акробатический танец с наметившимися внутри него тенденциями разнообразия - героики, лирики, гротеска;

- классический танец, почти смыкающийся виртуозностью поддержки с акробатикой;

- сюжетно-характерный танец (его иногда называют-танцевальной миниатюрой);

- военная пляска-массовая и сольная, построенная на элементах пантомимы, народных танцевальных движений и строевых упражнениях, исполняющихся на народную и военную музыку;

- массовые танцы герлс, основанные на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку;

- ритмические танцы, или «танцы в временных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, степа, бытового бального танцев.

Стилизация - частичное, но явное выделение в композиции узнаваемых черт одного стиля или направления в другом. Сочетание современных, акробатических движений, трюков с истинно народными движениями. Использование уже встречавшихся в истории искусства художественных форм, с целью выявить новые возможности и подчеркнуть особенности художественного стиля.

- «Моталочка» в сочетании с современными движениями;
- «Верёвочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ковырялочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ходы» в сочетании с современными движениями;
- «Вращения» в сочетании с современными движениями;

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над сознанием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Индивидуальное обучение - 72 часа

Индивидуально-дифференцированная форма в хореографии ориентирована на создании условий для творческой самореализации учащегося. Новый танец становится «открытием ума, сердца и души». Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход.

Цель:

1. Развитие творческой индивидуальности
2. Развитие коммуникативного воображения
3. Развитие логического мышления
4. Развитие изобретательности
5. Формирование творческого интереса

Малые хореографические формы.

Классификация малых форм:

- Соло
- Дуэт
- Трио
- Квартет

Существует две основные формы дуэтного танца:

1. Pas de deux.
2. Хореографический дуэт.

Хореографический дуэт сегодня - это самостоятельное художественное произведение, pas de deux – танцевальное действие внутри балетного спектакля.

Структура pas de deux:

1. Антре- вступительная часть, где на сцене появляются оба исполнителя.

2. Адажио- дуэтный танец лирического характера.
3. Мужская вариация- сольный танец исполнителя.
4. Женская вариация- сольный танец исполнительницы.
5. Кода- кульминационная часть всей формы, где исполнители демонстрируют виртуозность сложных по технике сольных танцевальных рас. Эта часть, как правило заканчивает сложным по технике исполнения дуэтным эпизодом.

Хореографический дуэт- исполнение танцевальных партий двумя танцовщиками, во время которых раскрываются личные отношения главным действующим лиц их чувства, мысли, наполненные сюжетным звеном, являющимся главным замыслом балетного спектакля. В дуэте происходит общение на языке хореографии: посредством движений, поз, жестов, мимики. Общее содержание всей постановки определяется именно через отношение исполнителей друг к другу в дуэтном танце. Композиционно-лексическое строение их обычно выглядит как танец «унисон». Но случается, что выстраивать эти дуэты необходимо по принципу «зеркального отражения».

Трио- танцевальная форма, представленная в виде танца трёх исполнителей. Обычно имеет более свободную пластику и разнообразие в движениях, не замкнутыми канонами классического балета.

Хореографический квартет- разновидность малой хореографической формы. Структура их становится более иной, более свободной в вариационном смысле. Это обусловлено и тем, что возможности для сочинения танцев для четырёх танцовщиков весьма значительны.

Седьмой год

обучения Раздел «Классический танец» - 108часов.

История становления русской школы классического танца. Грамотно и музыкально исполнять изученные движения у станка и на середине зала. Владеть терминологией классического танца. **Хореографический практикум (урок№1)**

Экзерсис у станка:

Дополнительно:

- а) Grand plies в I, II, V, IV позициях;
- а) Battement double frappes;
- б) Battement fondus на 45 градусов, на полупальцах;
- в) Battement developpes passes;
- г) Petit battement;
- д) Preparation для rond de jambe par terre;

Экзерсис на середине:

Дополнительно:

- а) Grand plies в I, II позиции;
- б) Большие позы: croise,;
- в) Tan lie партер с перегибом корпуса;
- г) Port de bras (первое 2т. 4/4; второе 2т. 4/4; третье 4т. 4/4);
- д) Pas balance (1т. %);
- е) Изучение pas de bourgee с переменной ног, размер 2/4, темп модерато.

Прыжки.

Дополнительно:

- а) Sissonne fermee в сторону (2т. 2/4);

Хореографический практикум (урок№2)

Экзерсис у станка:

- а) Demi-plies по всем позициям 2т. %;
- б) Grand plies по всем позициям 1т. 4/4;
- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jete в позах croise, en efface;

- д) Battement fondus double, на полупальцах в позах croise, en efface;
- е) Battement double frappes в позах croise, en efface;
- ж) Battement developpes 1т. 4/4;
- з) Battement soutenu 1 т. 4/4, 1 т. 2/4;
- и) Battement releve lent на 90 градусов в позах croise, en efface;
- к) Grand battement jetes с passe par terre, в позах croise, en efface;

Экзерсис на середине:

- а) Grand plies по всем позициям;
- б) Tan lie партер вперёд, назад, с port de bras;
- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jete в позах croise, en efface;
- д) Rond de gambe par terre на demi-plies;
- е) Pas de bourree с переменной ног, размер 2/4, темп модерато;
- ж) Grand battement в позах croise, en efface;

Дополнительно:

- а) Позы: 4 arabesque 2т. 4/4;

Прыжки.

- а) Saute;
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble;
- д) Sissonne ouverte;
- е) Sissonne fermee в сторону (2т. 2/4).

Раздел «Народный танец» - 108часов.

Урок народного танца состоит из 3 частей: работа у станка, занятия на середине зала, рэзучивание этюдов. К концу каждого года необходимо подготовить законченный этюд.

Хореографический практикум (урок№1)

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и grand plies
- б) battement tendu
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre
- д) flic-flac
- е) Grand battement jetes

Экзерсис на середине

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход на ребро каблучка
 - переменный ход вперед и назад -«елочка»
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
 - на переступаниях по точкам
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка **Танцы Прибалтики**
- а) положения рук

- б) положения рук в парных танцах
- в) ходы и основные движения
 - простые и боковые шаги
 - качающийся шаг
 - легкий бег
 - шаги с подскоком
- г) полька
- д) полька с поворотом
- е) прыжки с полным поворотом.

Танцы Поволжья Татарский

- а) положение рук, движения руками
- б) основные шаги
- в) прыжки **Марийский**
 - а) движения с руками
 - б) основной женский шаг
 - в) основной мужской шаг
 - г) движения в паре

Хореографический практикум (урок №2)

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и grand plies
- б) battement tendu
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre
- д) flic-flac
- е) Grand battement

jetes Экзерсис на середине

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучение тех же комбинаций, что изучали у станка.

Русский танец (Казачий)

- а) позиции и положения рук
- б) ходы и основные движения
 - шаг - бег на все стопу
 - ход с каблучка, с носка
 - удары полупальцами с права и с лева от опорной ноги
 - «ключ» - усложненный
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадания» и «упадания», ход переступаниями: носок, каблук.
- в) «хлопушки»
 - скользящие по бедру
 - скользящий хлопок и два удара
 - хлопучечный ключ
- г) «вращения» на месте по 3-й позиции
- д) присядка
 - присядка - «разножка»
 - присядка с хлопками

Еврейский танец

- а) основные положения рук
- б) ходы и основные движения
- в) шаги и прыжковые движения
 - по кругу
 - в порах

Испанский танец

- а) положения рук
- б) ходы и основные движения
- в) шаги и соскоки в различные позы
 - pas de basque
 - pas glissade (скользящее движение)
 - pas de bourree (тройное переступание)
 - sissonne (прыжок на одну ногу в сторону)
 - renverse (перегибы корпуса в повороте)

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относят все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем, не обладает какими-либо правилами и канонами. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

1. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лёжа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- г) упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;
- и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;
- к) упражнения для исправления осанки.

2. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляции (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали;
- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;
- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

3. Элементы латины.

- различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);
- «качающие бёдра» с плавными перемещениями.

4. Элементы акробатики.

- «Мостик» разные варианты;
- «Колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;
- «Стойка на руках»;
- «Берёзка» - стойка на лопатках.

5. Элементы верхнего брэйка.

- в основе волнообразные движения всеми частями тела;
- работа диафрагмы (в стороны, крестом, по кругу);
- «Лесенка», «Робот».

6. Прыжки.

- на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;
- с продвижением, с подбивкой, со скрещением ног и др.;

7. Вращения.

- повороты на 90*, 180*, 360* с различных шагов, подходов;
- традиционные формы.

Раздел «Эстрадный, стилизованный танец».

Эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, вокала, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Разновидности эстрадных танцев:

- акробатический танец с наметившимися внутри него тенденциями разнообразия - героики, лирики, гротеска;
- классический танец, почти смыкающийся виртуозностью поддержки с акробатикой;
- сюжетно-характерный танец (его иногда называют танцевальной миниатюрой);
- военная пляска-массовая и сольная, построенная на элементах пантомимы, народных танцевальных движений и строевых упражнениях, исполняющихся на народную и военную музыку;
- массовые танцы герлс, основанные на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку;
- ритмические танцы, или «танцы в временных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, степа, бытового бального танцев.

Стилизация - частичное, но явное выделение в композиции узнаваемых черт одного стиля или направления в другом. Сочетание современных, акробатических движений, трюков с истинно народными движениями. Использование уже встречавшихся в истории искусства художественных форм, с целью выявить новые возможности и подчеркнуть особенности художественного стиля.

- «Моталочка» в сочетании с современными движениями;
- «Верёвочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ковырялочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ходы» в сочетании с современными движениями;
- «Вращения» в сочетании с современными движениями;

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над созданием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Индивидуальное обучение 72 часа.

Индивидуально-дифференцированная форма в хореографии ориентирована на создании условий для творческой самореализации учащегося. Новый танец становится «открытием ума, сердца и души». Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход.

Цель:

- 1 Развитие творческой индивидуальности
- 2 Развитие коммуникативного воображения
- 3 Развитие логического мышления
- 4 Развитие изобретательности
- 5 Формирование творческого интереса

Малые хореографические формы.

Классификация малых форм:

- Соло
- Дуэт
- Трио
- Квартет

Существует две основные формы дуэтного танца:

1. Pas de deux.
2. Хореографический дуэт.

Хореографический дуэт сегодня - это самостоятельное художественное произведение, pas de deux – танцевальное действие внутри балетного спектакля.

Структура pas de deux:

1. Антре- вступительная часть, где на сцене появляются оба исполнителя.
2. Адажио- дуэтный танец лирического характера.
3. Мужская вариация- сольный танец исполнителя.
4. Женская вариация- сольный танец исполнительницы.
5. Кода- кульминационная часть всей формы, где исполнители демонстрируют виртуозность сложных по технике сольных танцевальных pas. Эта часть, как правило заканчивает сложным по технике исполнения дуэтным эпизодом.

Хореографический дуэт- исполнение танцевальных партий двумя танцовщиками, во время которых раскрываются личные отношения главным действующим лиц их чувства, мысли, наполненные сюжетным звеном, являющимся главным замыслом балетного спектакля. В дуэте происходит общение на языке хореографии: посредством движений, поз, жестов, мимики. Общее содержание всей постановки определяется именно через отношение исполнителей друг к другу в дуэтном танце. Композиционно-лексическое строение их обычно выглядит как танец «унисон». Но случается, что выстраивать эти дуэты необходимо по принципу «зеркального отражения».

Трио- танцевальная форма, представленная в виде танца трёх исполнителей. Обычно имеет более свободную пластику и разнообразие в движениях, не замкнутыми канонами классического балета.

Хореографический квартет- разновидность малой хореографической формы. Структура их становится более иной, более свободной в вариационном смысле. Это обусловлено и тем, что возможности для сочинения танцев для четырёх танцовщиков весьма значительны.

Восьмой год

обучения Раздел «Классический танец» - 180 часов.

Обучающиеся должны знать: терминологию классического танца, закономерности переходов рук из одного положения в другое, о классическом танце, как выразительной системе хореографии. Владеть: балетной осанкой, культурой движений рук и ног, техникой прыжка, развитой силой, выносливостью и хореографической памятью. **Хореографический практикум (урок №1)**

Экзерсис у станка:

- а) Demi-plies по всем позициям 2т. ³/4;
- б) Grand plies по всем позициям 1т. 4/4;

- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jete в позах croise, en efface;
- д) Battement fondus double, на полупальцах в позах croise, en efface;
- е) Battement double frappes в позах croise, en efface;
- ж) Battement developpes 1т. 4/4;
- з) Battement soutenu 1т. 4/4, 1т. 2/4;
- и) Battement releve lent на 90 градусов в позах croise, en efface;
- к) Grand battement jetes с passe par terre, в позах croise, en efface;

Экзерсис на середине:

- а) Grand plies по всем позициям;
- б) Tan lie партер вперёд, назад, с port de bras;
- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jete в позах croise, en efface;
- д) Rond de gambe par terre на demi-plies;
- е) Pas de bourree с переменной ног, размер 2/4, темп модерато;
- ж) Grand battement в позах croise, en efface;
- з) Позы: 4 arabesque 2т. 4/4;

Прыжки.

- а) Saute;
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble;
- д) Sissonne ouverte;
- е) Sissonne fermee в сторону 2т. 2/4.

Хореографический практикум (урок №2)

Экзерсис у станка:

- а) Grand plies в I, II, V, IV позициях;
- б) Battement double frappes;
- в) Battement fondus на 45 градусов, на полупальцах;
- г) Battement developpes passes;
- д) Petit battement;
- е) Preparation для rond de gambe par terre;

Экзерсис на середине:

- а) Grand plies в I, II позиции;
- б) Большие позы: croise;
- в) Tan lie партер с перегибом корпуса;
- г) Port de bras (первое 2т. 4/4; второе 2т. 4/4; третье 4т. 4/4);
- д) Pas balance (1т. %);
- е) Изучение pas de bourree с переменной ног, размер 2/4, темп модерато.

Прыжки.

- а) Sissonne fermee в сторону (2т. 2/4);

Дополнительно:

- а) Sissonne fermee назад, вперёд, в сторону;
- б) Sissonne tombe 2т. 2/4, 1т. 2/4.

Раздел «Народный танец» - 180 часов.

Урок народного танца состоит из 3 частей: работа у станка, занятия на середине зала, разучивание этюдов. К концу каждого года необходимо подготовить законченный этюд.

Хореографический практикум (урок №1)

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и Grand plies (лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battement tendu (лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre (лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону,

позже

назад)

д) flic-flac

е) Grand battement jetes (лицом к станку, броски в сторону, назад. Спина к станку броски вперёд).

Экзерсис на середине

Тренировочные упражнения:

- «дробное выстукивание»
- «гармошка»
- «моталочка»
- «присядка»
- «ковырялочка»
- «вращения»
- «прыжковые движения»
- «подбивочные движения»
- «хлопушки»

Русская пляска

а) одиночная (сольная)

б) пляска (женская одиночная)

в) парная пляска

г) перепляс

д) массовый пляс

е) групповая

пляска **Румынский**

танец

а) основной ход

- по 6-й позиции, с потягиванием ноги
- с выбросом одной ноги вверх
- подбивка одной ногой другую, с выбросом от колена в сторону

б) «плетенка»

в) движения в парах

- вращение девушки под рукой партнера
- движение с поворотами плеч друг перед другом

г) боковые подбивки с притопами

д) «Бруни» -

повороты **Чешский**

танец

а) ходы и основные движения

- шаг с подскоком
- вальсообразное движение
- притопы
- боковые шаги

б) «Полька»

- с подскоком
- без подскока
- с трамплином

в) подскоки по 4-й позиции

г) подскоки в паре на одной ноге

д) парное вращение

е) парное вращение на подскоках

Хореографический практикум (урок №2)

Экзерсис у станка

а) demi-plies и Grand plies (по I, II, V позиция ног)

б) battement tendu

- в) каблучное упражнение
- г) rond de gambe par terre
- д) flic-flac
- е) Grand battement

jetes Экзерсис на середине

Тренировочные упражнения:

- «дробное выстукивание»
- «гармошка»
- «моталочка»
- «присядка»
- «ковырялочка»
- «вращения»
- «прыжковые движения»
- «подбивочные движения»
- «хлопушки»

Русский танец

- а) различные движения рук
- б) русский ход и движения
 - простой бытовой шаг
 - ход на ребро каблучка
 - переменный ход вперед и назад -«елочка»
 - ход с вынесением ноги вперед через 1 -ю позицию
 - «припадание» - боковой ход
- в) «веревочка»
- г) «ковырялочка»
- д) «моталочка»
- е) «гармошка»
- ж) «вращения»
 - на переступаниях по точкам
- и) дробные выстукивания в характере русского танца
- к) присядка

Грузинский танец

- а) положение рук
- б) движение рук
- в) движение кистей
- г) ходы:
 - «свла» (шаги в три переступания)
 - «адгидзе» (шаги на месте)
 - «гвердзе» (с продвижением в сторону)
 - «укусвла» (с продвижением назад)
 - «циполсвла» (шаги вперед)
 - «сриала» (скользящий ход)
 - «сада мухлура» (со сгибанием колена, мужские)
 - «ртула» (шаг с проскальзыванием)
 - «мтиульские» (горские ходы)
 - «гасма» (скользящее движение)
 - «сада сриала» (тройная смена ног)
 - «сарули» (с остановкой на носок)
 - «чдомила» (ударные движения со скрещиванием ног)
 - «гахснили» (удар каблуком с переходом в открытое положение одной ноги)
 - «пехшлили» (удар каблуком с переходом обеих ног на полу пальцы в выворотное положение)

Якутский танец

- а) позиции ног
- б) разновидности положения рук
- в) положения рук в парных и массовых танцах
- г) ходы и основные движения
 - шаги - простые, на полу пальцах, на присогнут, накрест
 - медленный боковой шаг
 - бег - мелкий, широкий, с наклоном корпуса вперед и назад
 - вынос ноги на пятку с ударом
 - удары стопой о стопу
 - подскок на одной ноге, со сгибанием другой (одновременно)
 - подпрыгивание на полном приседании
- д) прыжки

Танцы Средней Азии

Киргизский танец

- а) положение рук
- б) движение рук:
 - сгибание и разгибание в запястье
 - вращение внутрь и наружу
 - хлопки в ладоши над собой
- в) ходы:
 - основной женский ход
 - легкий бег
 - шаг из стороны в сторону
 - шаг с подскоком (мужской)
 - переход в сидячее положение
 - прыжки

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относят все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем, не обладает какими-либо правилами и канонами. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

1. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лёжа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- г) упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;
- и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;
- к) упражнения для исправления осанки.

2. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляции (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно

по спирали;

- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;
- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадание», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

3. Элементы латины.

- различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);
- «качающие бёдра» с плавными перемещениями.

4. Элементы акробатики.

- «Мостик» разные варианты;
- «Колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;
- «Стойка на руках»;
- «Берёзка» - стойка на лопатках.

5. Элементы верхнего брэйка.

- в основе волнообразные движения всеми частями тела;
- работа диафрагмы (в стороны, крестом, по кругу);
- «Лесенка», «Робот».

6. Прыжки.

- на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;
- с продвижением, с подбивкой, со скрещением ног и др.;

7. Вращения.

- повороты на 90°, 180°, 360° с различных шагов, подходов;
- традиционные формы.

Раздел «Эстрадный, стилизованный танец».

Эстрадный танец - это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы классического танца, модерн-балета, джаз-танца, хип-хопа, фанка. Эстрадному танцу свойственна синтетичность выразительных средств хореографии, режиссуры, вокала, музыки, света, сценографии, декорации, костюмов, различных технических эффектов. Именно эта его особенность стала основой для возникновения нового направления в эстраде - шоу.

Разновидности эстрадных танцев:

- акробатический танец с наметившимися внутри него тенденциями разнообразия - героики, лирики, гротеска;
- классический танец, почти смыкающийся виртуозностью поддержки с акробатикой;
- сюжетно-характерный танец (его иногда называют-танцевальной миниатюрой);
- военная пляска-массовая и сольная, построенная на элементах пантомимы, народных танцевальных движений и строевых упражнениях, исполняющихся на народную и военную музыку;
- массовые танцы герлс, основанные на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку;
- ритмические танцы, или «танцы в временных ритмах», вобравшие в себя приемы чечетки, степа, бытового бального танцев.

Стилизация - частичное, но явное выделение в композиции узнаваемых черт одного стиля или направления в другом. Сочетание современных, акробатических движений, трюков с истинно народными движениями. Использование уже встречавшихся в истории искус-

-
- 1 музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
 - благородство манеры исполнения;
 - осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
 - понимание единства формы и содержания танца;
 - эмоциональное восприятие хореографического искусства;
 - способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;

ства художественных форм, с целью выявить новые возможности и подчеркнуть особенности художественного стиля.

- «Моталочка» в сочетании с современными движениями;
- «Верёвочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ковырялочка» в сочетании с современными движениями;
- «Ходы» в сочетании с современными движениями;
- «Вращения» в сочетании с современными движениями;

Композиция и постановка танца.

Композиция - это процесс работы над созданием хореографического произведения, представляющего собой гармонического единства формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

- рассказ о содержании танца (полное объяснение исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи);
- знакомство с движениями входящие в танец;
- изучение танцевальных элементов;
- изучение танцевальных комбинаций;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка танцевальных комбинаций;
- рисунок танца - составная часть композиции танца (расположение и перемещение танцующих по сценической площадке);
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

Индивидуальное обучение - 144 часа.

Индивидуально-дифференцированная форма в хореографии ориентирована на создании условий для творческой самореализации учащегося. Новый танец становится «открытием ума, сердца и души». Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход.

Цель:

- 1 Развитие творческой индивидуальности
- 2 Развитие коммуникативного воображения
- 3 Развитие логического мышления
- 4 Развитие изобретательности
- 5 Формирование творческого интереса

Планируемые результаты:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;
- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;
- знание основных особенностей танцев народов мира;
- умение свободно импровизировать;
- знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности детей: *

- наличие нравственной воспитанности выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.

Учебный план

1 этап 2 года) - «Учимся танцевать»

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточ- ной/итоговой аттестации
		всего	теория	практика	
Первый год обучения					
1	Ритмопластика	36	2	34	
2	Ритмика	36	2	34	
	Итого:	72	4	68	
Второй год обучения					
1	Ритмопластика	72	2	70	
2	Ритмика	72	2	70	
	Итого:	144	4	140	

2 этап (3 года) - «Танец»

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточ- ной/итоговой аттестации
		всего	теория	практика	
Третий год обучения					
1	Партерная гимнастика	216	4	212	
	Итого:	216	4	212	
Четвертый год обучения					
1	Классический танец	108	2	106	
2	Народный танец	108	2	106	
3	Индивидуальные занятия	36	2	34	
	Итого:	252	6	246	
Пятый год обучения					
1	Классический танец	108	4	104	
2	Народный танец	108	4	104	
3	Индивидуальные занятия	72	4	68	
	Итого:	288	12	276	

4 этап (3 года) - «Мир танца»

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточ- ной/итоговой аттестации
		всего	теория	практика	
Шестой год обучения					
1	Классический танец	108	4	104	
2	Народный танец	108	4	104	
3	Индивидуальные занятия	72	4	68	
	Итого:	288	12	276	
Седьмой год обучения					
1	Классический танец	108	4	104	
2	Народный танец	108	4	104	
3	Индивидуальные занятия	72	4	68	
	Итого:	288	12	276	
Восьмой год обучения					
1	Классический танец	180	2	178	
2	Народный танец	180	2	178	

3 этап (3 года) - «Мир танца»

Раздел/месяц	сент	окт	нояб	дек	январь	февр	март	апр	май
6 год обучения									
Раздел 1. «Классический танец»	16	22	22	24	16	20	22	22	16
Раздел 2. «Народный танец»	14	22	22	22	16	20	22	22	20
Индивидуальные занятия	9	12	12	15	9	12	15	12	12
Промежуточ- ная/итоговая аттестация				Откр. занятия(или зачет, или экзамен)					концерт
Всего: 288 час.	39	56	56	61	41	52	59	56	48
7 год обучения									
Раздел 1. «Классический танец»	16	22	22	24	16	20	22	22	16
Раздел 2. «Народный танец»	14	22	22	22	16	20	22	22	20
Индивидуальные занятия	11	21	20	18	16	15	15	16	12
Промежуточ- ная/итоговая аттестация				Откр. занятия(или зачет, или экзамен)					концерт
Всего: 288 час.	41	65	64	64	48	55	59	60	48
8 год обучения									
Раздел 1. «Классический танец»	16	22	22	24	16	20	22	22	16
Раздел 2. «Народный танец»	14	22	22	22	16	20	22	22	20
Индивидуальные занятия	11	21	20	18	16	15	15	16	12
Промежуточ- ная/итоговая аттестация				Откр. занятия(или зачет, или экзамен)					концерт
Всего: 504 час.	41	65	64	64	48	55	59	60	48
Итого: 1080 час.	121	186	184	189	137	162	177	176	144

Оценочные материалы

Способами проверки результатов является наблюдение и диагностика. Согласно диагностической карте по мере усложнения пройденной программы возрастает оценочный балл, по росту, которого можно оценить развитие ребёнка и уровень овладения программой. Тематическое планирование в классах предусматривает проведение серии контрольных срезов, зачетов, экзаменов, концертных выступлений.

Оценка детей 5 - 6 лет:

5 баллов - умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

4 - 2 балла - в движениях выражается общий характер музыки, темп, начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0 - 1 балл - движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Оценка детей 7 - 12 лет:

5 баллов - движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

4 - 2 балла - передают только общий характер, темп и метроритм;

0 - балл - движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Оценка детей 13 - 18 лет:

5 баллов - движения полностью совпадают с образом, музыкой, темпом.

4-3 балла - передают только общий характер, темп и метроритм;

2. Эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позах, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т. д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э - 1, Э - 5).

3. Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую музыку на основе освоенных занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребёнка. Творческая одарённость проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребёнка самим процессом движения под музыку. Творчески одарённые дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

4. Внимание - способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребёнок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно - это высокий уровень, оценка 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания - оценка 0 - 1 балл.

5. Память - способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6 - 8 повторений композиций вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить, как норму. Если ребёнок запоминает с 3 - 5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти - оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большем количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2 - 0 баллов.

6. Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон - это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т. д.

Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N - норма (5 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) - от 1 до 4 баллов (В - 1, В - 2, З - 1, З - 2 и т.д. - в зависимости от степени выраженности данного качества).

7. Координация, ловкость движений - точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, обще развивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других обще развивающих видах движений).

8. Гибкость, пластичность - мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения (1 - 5 баллов).

Формой подведения итогов реализации образовательной программы является экзамены, концерт, по итогам которых учащиеся получают грамоты и благодарности.

Результаты промежуточной (декабрь) и итоговой аттестации (май) заносятся в представленную ниже таблицу. На каждую группу заполняется отдельная таблица.

Лист учета результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся

Результаты **промежуточной аттестации** обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе _____

за первое полугодие (год) 2017-2018 учебного года

Объединение _____

МБУДО г. Иркутска Центра детского творчества

Педагог (и) _____ (ФИО) Группа № _____ год обучения

№п/п	ФИО учащегося	Уровень прохождения промежуточной аттестации/итоговой (кол-во баллов)	Объем освоения программы за первое полугодие/за год	Уровень освоения содержания образовательной программы
	1	2	3	4

Критерии:

Уровень прохождения промежуточной (итоговой) аттестации:

Высокий - справился самостоятельно, задание выполнил в полном объеме (оценка 8-10 баллов)

Допустимый - справился с помощью педагога (учащихся группы), задание выполнил в полном объеме (оценка 5-7 баллов)

Минимальный - постоянно требовалась помощь педагога, задание в полном объеме не выполнено или допущено много ошибок (оценка 1-4 баллов)

Уровень освоения учащимися содержания образовательной программы за первое полугодие (год) _____ учебного года в соответствии с уровневыми характеристиками:

Уровневые характеристики освоения учащимися содержания образовательной программы	Минимальный	Не владеет в полном объеме знаниями, умениями и навыками по своему виду деятельности согласно образовательной программе. Испытывает затруднения с применением знаний на практике. Презентация результатов образовательной деятельности на уровне учреждения или объединения отсутствует (за период первого полугодия/года уч.года).
	Допустимый	Владеет знаниями, умениями и навыками по определенному виду деятельности согласно образовательной программе, но не всегда может применить их на практике. В команде является исполнителем. Стремится к познанию основ культуры жизни и творчества. Результаты личностных достижений представлены на уровне объединения или учреждения (за период первого полугодия/года уч.года) .
	Высокий	Владеет в полном объеме знаниями, умениями и навыками по определенному виду деятельности со-

		гласно программе и применяет их на практике. Умеет работать в команде, создавать и реализовывать проекты. Строит свою жизнь по законам гармонии, красоты и здоровья. Владеет основами культуры жизни и творчества. Представляет результаты образовательной деятельности на окружном и муниципальном уровнях (за период первого полугодия/года уч.года) .
	Оптимальный	Результаты образовательной деятельности представлены учащимся на областном, региональном, федеральном и международном уровнях (победитель, призер, лауреат, дипломант) (за период первого полугодия/года уч.года) .

Методические материалы

Специфика применения дидактических принципов в обучении основам хореографического искусства.

Принцип доступности и индивидуальности - учет возрастных особенностей, подача материала от простого к сложному, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Принцип постепенного повышения требований - постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузки. Последовательность, регулярность, чередование нагрузок с отдыхом.

Принцип системности - один из ведущих. Системность заключается в непрерывности и регулярности занятий.

Принцип повторения материала - повторение выработанных двигательных навыков. Только при многократном повторении образуется двигательный стереотип.

Принцип наглядности - безукоризненный практический показ движений педагогом-хореографом с лаконичными объяснениями и пояснениями.

Принцип связи предлагаемого материала с жизнью-ребенок должен знать, что или кого он изображает в танце.

Методы обучения- словесный, наглядный, практический; игровой, дискуссионный, проектный.

Формы обучения и виды занятий- групповые, индивидуальные.

Музыкальное сопровождение на уроке-концертмейстер, аудиотехника, видеотехника.

Словесные методы и приемы позволяют в кратчайший срок передать детям информацию, ставить перед ними учебную задачу, указывать пути ее решения. Они сочетаются с наглядными, игровыми, практическими методами.

Рассказ педагога - важнейший словесный метод, который позволяет в доступной форме для детей форме излагать учебный материал. Он относится к наиболее эмоциональным методам обучения.

Беседа - применяется в тех случаях, когда детей имеется некоторый опыт и знания о предметах и явлениях, которым они посвящены. Беседа - диалогический метод обучения, который предполагает, что задавать вопросы, высказывать свою точку зрения могут все участники беседы.

Этическая беседа имеет целью воспитание нравственных чувств, формирование нравственных представлений, суждений, оценок.

Тематика познавательных бесед определяется программой обучения.

По дидактическим целям выделяются беседы вводные и обобщающие (итоговые). Назна-

чение вводной беседы - подготовить детей к предстоящей деятельности, наблюдению. Обобщающая беседа проводится с целью суммирования, уточнения, систематизации знаний, приобретенных детьми на протяжении достаточного большого отрезка времени. В процессе обучения используются словесные приемы: вопросы к детям, указания, объяснения, педагогическая оценка.

Наглядные методы:

Познавательная и практическая деятельность на занятиях может быть организована на основе наглядного показа соответствующих предметов и явлений. К группе наглядных методов обучения относятся: наблюдение, демонстрация наглядных пособий.

Наблюдение - это умение всматриваться в явления окружающего мира, выделять, устанавливать их причины, делать выводы. Непосредственное наблюдение детьми изучаемых объектов имеет важное значение для формирования полноценных представлений и развития познавательных процессов - восприятия, мышления, воображения.

Демонстрация картин, репродукций, диафильмов, слайдов, видеофильмов и других наглядных средств - важный метод обучения дошкольников, позволяющий решать ряд дидактических задач. Наглядные средства дают ребенку наглядный образ знакомых и незнакомых предметов, расширяют кругозор детей, поскольку появляется возможность дать представление о тех событиях, явлениях, предметах, которых нет в опыте обучаемых, которые они не могут непосредственно воспринять.

В обучении дошкольников используются наглядные приемы обучения: показ способов действий, показ образца (показ педагога каждого танцевального элемента). Эти приемы основаны в значительной мере на подражании и его роли в усвоении ребенком знаний и умений. Музыкальное сопровождение считается методическим приемом. Рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку нельзя. Педагог своими пояснениями должен помочь им приобрести умения, согласовывать свои движения с музыкой. Умелый подход к подбору музыкального материала для игр, этюдов, танцев, с первых занятий исключает формальный подход детей к музыке лишь только как к оформлению занятия. Ибо правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем дети проявляют в танце. Показ действий, их последовательности выполнения применяется на хореографических занятиях. Эти приемы раскрывают перед детьми задачу предстоящей деятельности, направляют их внимание, память, мышление. Показ педагога должен быть целостным, точным, эмоциональным. Необходимо, чтобы дети увидели каждое движение, заметили особенности его выполнения. Каждое свое действие педагог-хореограф обозначает словами, они дополняют движения, характеризуют его направление. Иногда к показу отдельных движений, действий педагог-хореограф привлекает кого-то из воспитанников, подготовив ребенка заранее.

Практические методы - это методы с помощью которых педагог придает познавательной деятельности детей, усвоению новых знаний, умений, практический характер. Ведущими практическими методами обучения являются упражнения, экспериментирование (сюда включаются элементы творческой работы дошкольников)

Упражнение - многократное повторение детьми практических действий заданного содержания. Благодаря упражнениям у детей формируются разнообразные умения и навыки. Значительная часть содержания обучения может быть усвоена ребенком посредством упражнений. Чтобы научиться танцевать, петь, рисовать..., детям необходимо овладеть соответствующими способами действий.

Игровые методы и приемы. Достоинство игровых методов и приемов обучения заключается в том, что они вызывают у детей повышенный интерес, положительные эмоции, помогают концентрировать внимание на учебной задаче, которая становится не навязанной извне, а желанной, личной целью. Решение задачи в процессе игры сопряжено с меньшими затратами нервной энергии, с минимальными волевыми усилиями.

Игровые методы и приемы достаточно разнообразны. Наиболее распространенными являются дидактические игры. Им присущи две функции:

1. Совершенствование и закрепление знаний.

2. Усвоение новых знаний и умений разного содержания.

Важное значение для повышения активизации детей на занятиях имеют такие игровые приемы, как внезапное появление объектов, игрушек, выполнение педагогом различных игровых действий. Эти приемы своей неожиданностью, необычностью вызывают острое чувство удивления, которое является прологом всякого познания.

К игровым приемам относятся загадывание и отгадывание загадок, введение элементов соревнования, создание игровой ситуации.

Структура учебного занятия:

Организованный вход детей под любое музыкальное произведение (но желательно под марш) в танцевальный зал и расстановка на сценической площадке.

Поклон-приветствие.

Разминка.

Партерная гимнастика.

Прыжки.

Основная часть - повторение пройденного материала и разучивание новых танцевальных движений. Причем сложные танцевальные движения разучиваются вначале занятия, пока дети еще не успели устать.

Заключительная часть - исполняется наиболее любимейший танец или музыкально-хореографическая игра.

Анализ занятия.

Поклон - прощание.

Организованный выход из зала.

Структура занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач в процессе занятия.

Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Буренина А.И «Ритмическая пластика для дошкольников» С-Пб. 1994год.
2. Буренина А.И «Ритмическая пластика для дошкольников» С-Пб. 1994год.
3. Зимица А. «Музыкальные игры и упражнения в детском саду» Москва 1998 год
4. Колодницкий Г «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» Москва 1998 год
5. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» Учебнометодическое пособие для воспитателей и педагогов. Москва 1997год.
6. Голейзовский К. «Образы русской хореографии». М., 1964.
7. Голейзовский К. Образы русской хореографии. М., 1964.
8. Гребенщиков С. «Сценические танцы» Москва, 1974.
9. Гребенщиков С. Русские танцы. Москва, 1978.
10. Гребенщиков С. Русские танцы. Москва, 1978.
11. Гребенщиков С. Сценические танцы. Москва, 1974.
12. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976.
13. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976.
14. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1981.
15. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1981.
16. О.А.Новиковская «Логоритмика» С-Пб «Корона принт» 2005год.
17. С.Бекина, Т.Ломова, Е.Соковнина «Музыка и движение» Москва, Издательство «Промсвещение» 1981 год.
18. Стуколкина Н. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972.
19. Стуколкина Н. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972.
20. Ткаченко Т. Народные танцы. М., 1975.
21. Ткаченко Т. Народные танцы. М., 1975.

22. Ткаченко Т. Народный танец. М., 1967.
23. Ткаченко Т. Народный танец. М., 1967.
24. Устинова Т. Русский народный танец. М., 1976.
25. Устинова Т. Русский народный танец. М., 1976.
26. Федорова Г.П. «Поиграем, потанцуем» С-Пб, Издательство «Акцидент» 1997год.

Список нормативно-правовых документов

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012г. №273 ФЗ;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» («Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
6. Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017г. №09-16-72 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
7. Письмо Минобрнауки России от 28.04.2017г. № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»);
8. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
10. Распоряжение правительства Иркутской области от 4 июля 2019 года № 460рп «О внедрении целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей в Иркутской области»;
11. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области / Т.А. Татарникова, Т.А. Павловская. – Иркутск. – 2016. С.21.

