

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга

МБОУ - СОШ № 55

ПРИНЯТО

На педагогическом совете

МБОУ - СОШ № 55

30 августа 2024 г.

Протокол № 1



**Дополнительная образовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
по хореографии «Расцвет»**

**Возраст обучающихся: 7-10 лет; 11-14 лет**

**Срок реализации: 8 лет**

г. Екатеринбург

## **Информационная карта программы «Хореография»**

- **Тип программы:** адаптированная
- **Образовательная область:** искусство
- **Направленность деятельности:** художественно-эстетическая
- **Способ освоения содержания образования:** репродуктивный, креативный, эвристический
- **Уровень освоения образования:** углубленный, профессионально-ориентированный
- **Возрастной уровень реализации программы:** среднее общее образование
- **Форма реализации программы:** групповая
- **Продолжительность реализации программы:** восьмилетняя

## Пояснительная записка

Современное общество выставляет заказ на творчески активную личность, способную проявить себя в нестандартных условиях, гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях. Это находит свое отражение в образовательных программах и поиске оптимальных путей духовного, интеллектуального и физического развития детей.

Нацеленность современного образования на духовное обновление общества вызывает потребность к расширению художественно-эстетическому воспитанию подрастающего поколения. Расширяется влияние различных видов искусств на процесс образования. Особый интерес проявляется к занятиям танцевальным искусством.

**Необходимость** разработки настоящей программы вызвана тем, что танец, как один из видов искусства, воспитывает художественный вкус, развивает детей физически и духовно, формирует интерес к танцевальной культуре и потребности в ней как неотъемлемой части культуры в целом.

**Актуальность** программы «Хореография» заключается в ее содержательной активности, гибкости использования и разноуровневости. В ней сочетаются традиционные методы обучения с инновациями. В народный танец с его канонами и многовековыми традициями включены элементы современной хореографии, что дает возможность ставить стилизованные номера, интересные исполнителям и зрителю.

Приобретение знаний в области хореографии и музыки, совершенствование детей физически и духовно свидетельствует о **преемственности и согласованности** программы с программой общеобразовательной школы (музыка, физкультура, культурология).

Программа «Хореография» относится к эстетическому циклу предметов и **основной целью** ставит всестороннее и гармоничное развитие ребенка.

Цель достигается через решение следующих **задач**:

- **познавательная**: расширить объем историко-культурных и эстетических знаний в области хореографического искусства;
- **мотивационная**: создать комфортную обстановку и ситуацию успеха для каждого ребенка, повысить его самооценку через участие в творческой жизни класса, школы, клуба, города, где каждый может проявить себя, реализовать свои способности;
- **воспитательная**: воспитать качества личности, востребованной в современном обществе: трудолюбие, коммуникабельность, уважение к себе и окружающим людям;
- **обучающая**: сформировать специальные знания и умения по данному курсу программы «Хореография»:
  - научить детей музыкально и грамотно исполнять движения, работать в паре и ансамблем, соблюдая рисунки танца;

- развить физические качества ребенка, совершенствовать их средствами танца в гармонии с общим развитием;
  - раскрыть в учащих творческие способности, развивая эмоциональные сферы, т.е. самовыражение в танце, артистические способности, умение передать зрителю настроение хореографического номера;
- *эстетическая*: привить устойчивый интерес к национальной культуре и искусству.

Данная программа разработана для хореографического ансамбля «Надежда». По программе «Хореография» работают два педагога Липкина Лилия Владимировна и Бабиева Нина Михайловна. Программа комплексная, включает в себя два учебных курса: «Классический танец», «Народный танец». Возможно проведение индивидуальных занятий по любой из дисциплин.

Программа составлена на восемь лет обучения, возрастной диапазон семь - четырнадцать лет:

- 1-4 год обучения (7 – 10 лет) – 144 часа в год (72 часа – классический танец, 72 часа – эстрадный танец).
- 5-8 год обучения (11 – 14 лет) – 180 часов в год (108 часов – классический танец, 72 часа – эстрадный танец).
- Продолжительность учебного года – тридцать шесть недель. Время занятий – 45 минут, с 15-ти минутным перерывом.

Набор в объединение производится по критериям: желание ребенка получить предлагаемые знания и умения; физическое состояние, позволяющее заниматься танцами. Ребенок имеет право начать учебу по программе «Хореография» с любого года обучения, после соответствующего возрасту тестирования и индивидуальной беседы.

Количество детей в группе: семь - десять лет – 12-15 человек, одиннадцать - четырнадцать лет – 10-12 человек. Занятия проводятся в специально оборудованном кабинете.

Основная форма проведения занятий – групповая. Занятия проходят по следующей схеме:

- организационный момент;
- повторение пройденного материала;
- изложение нового материала;
- вывод, подведение итогов;
- оценка работы обучающихся.

Объем движений и танцевальных элементов подобран с учетом возрастных и психологических особенностей детей. Педагог вправе вносить необходимые коррективы разделов и тем в программе, с учетом психофизических особенностей детей.

В процессе изучения программы «Хореография» обучающиеся знакомятся с **основными ключевыми понятиями** курса: хореография, танец, ритмика, разминка, классический танец, эстрадный танец.

Знания учащихся оцениваются тремя уровнями:

- Р (репродуктивный уровень) – решение творческих задач по образцу;
- Э (эвристический, ассоциативный) – решение творческих задач с элементами рационализаторства и изобретательства;
- К (креативный, творческий, продвинутый) – творческое воплощение собственных разработок на основе полученных знаний, умений и навыков.

Критерии оценки: техника исполнения, музыкальность, терминология хореографических движений, исполнительское мастерство.

Итоги и результаты учебного года подводятся на контрольных открытых уроках, которые проходят в конце года.

## **Методы обучения:**

### ***Объяснительно-иллюстративный***

Способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков;

### ***Репродуктивный***

Учащиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет педагогу осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения, показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах: воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме; в форме устного изложения; в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента;

### ***Проблемный***

Заключается в том, что педагог выдвигает перед учащимися познавательную проблему, которая решается совместно;

### ***Частично-поисковый, исследовательский***

Педагог ставит проблемную ситуацию и предлагает решить самостоятельно. Эти методы взаимосвязаны. Они более эффективны и способствуют глубокому усвоению танцевального материала.

## **Приемы обучения:**

### ***Показ***

Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

1. Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом. Чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2. Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

### ***Изложение***

Применяются различные формы изложения: информация, рассказ, лекция, беседа и т.д. С помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, лучших парах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами педагог дает описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества. В случае необходимости раскрытие внутренних связей и зависимостей дается в форме объяснения.

### ***Комментирование***

Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

### ***Инструктирование***

Это словесные рекомендации, которые педагог дает учащемуся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

### ***Корректирование.***

В процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия учащихся.

**Итогом реализации** комплексной программы «Хореография» является овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками в области хореографического искусства.

Оценка исполнения обучающимися изученных упражнений, движений, комбинаций, танцевальных этюдов проходит в форме контрольных открытых занятий. Творческий потенциал воспитанников реализуется на отчетных концертах, на которые приглашаются родители и педагоги, в городских и областных мероприятиях. Уровень исполнительского мастерства выявляется на конкурсах различного уровня (городского, регионального, областного и т. д.)

## **Методическое и дидактическое обеспечение:**

Специально оборудованный кабинет, аудио, видео – техника, специализированная литература, диагностические карты контроля ЗУНов.

# Учебный курс «Классический танец»

Учебный курс «Классический танец» включает в себя разделы: ритмика и музыкальная грамота, основы хореографии, классический танец. Реализуется на возрастной диапазон с семи до восемнадцати лет.

**Цель** – формирование духовного, нравственного и физического здоровья учащихся на основе хореографического искусства.

**Задачи** –

- эмоциональное и духовное развитие учащихся в процессе обучения;
- активизация интереса учащихся к хореографическому искусству, как неотъемлемой части культуры;
- формирование навыков владения своим телом, укрепление и совершенствование двигательного аппарата;
- формирование знаний, умений и навыков классического танца;
- развитие творческой активности детей.

**Раздел «Ритмика и музыкальная грамота»** включает в себя упражнения и музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной и классической музыки, а также движения под музыку.

Цель ритмики – активизация музыкального восприятия детей через движения. Развитие музыкальных и творческих способностей детей. Дети учатся слушать музыку. Различать ее выразительные средства: темп, динамические оттенки, размер, форму музыкального произведения, характер, ритмические рисунки. Развитию музыкальных способностей учащихся.

Музыка пробуждает у детей светлые, радостные чувства. Они получают удовольствие от свободных, легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, жестов, мимикой. Занятия ритмикой поднимают настроение, повышают жизненный тонус. Дети учатся эмоционально переживать музыку. Чувства, настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, выразительность.

**Раздел «Основы хореографии»** В этот раздел входят упражнения, помогающие формировать красивую осанку, правильную постановку корпуса, головы, ног, рук, развивающие у детей физические данные, исправляющие недостатки фигуры. Это движение классического танца по свободным позициям на середине, движения народного и бального танцев, несложные упражнения по аэробике. А так же гимнастика для укрепления и развития эластичности связок и мышц. Раздел включает в себя упражнения на координацию (различие правой и левой ноги, правой и левой руки, поворотов вправо, влево, согласованное действие различных частей тела), ориентацию в пространстве (движение в различных направлениях, соблюдение интервалов, построение рисунков).

*Раздел «Классический танец»* изучает постановку корпуса, позиции рук и ног, движения классического танца у станка и на середине, *adagio*, *allegro*. Классический танец вырабатывает правильную осанку, повышает технический уровень исполнителя, танцевальную выразительность, музыкальность. Развивает координацию, силу мышц, внимание. Изучение классического танца дает возможность легко и уверенно осваивать другие виды танца.

### **Учебно-тематический план первого года обучения**

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Ритмика и музыкальная грамота</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
1	Музыкальные жанры	1	1	1
2	Темп и характер музыки	1	1	1
3	Динамические оттенки	1	1	1
4	Такт и длительность в музыкальном произведении	1	1	1
<b>3.</b>	<b>Основы хореографии</b>	<b>62</b>	<b>8</b>	<b>54</b>
1	Постановка корпуса	4	1	3
2	Позиции рук и ног	4	1	3
3	Движения для головы	4		4
4	Движения для рук, кистей, плечевого сустава	4		4
5	Движения корпуса	4		4
6	Движения для ног, стоп	4		4
7	Шпагаты	6	1	5
8	Калланетика	4	1	3
7	Танцевальные шаги	8	1	7
8	Прыжки	4	1	3
9	Упражнения на координацию	8		8
10	Рисунок танца	8	2	6
11	Итоговое занятие	2		2
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>



# Содержание учебно-тематического плана первого года обучения

## 1. Вводное занятие 2 ч.

*Теория 2 час:* Знакомство с детьми. Техника безопасности. Знакомство с искусством танца.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

## 2. Ритмика 8ч.

*Теория 4 часа:*

1. Музыкальные жанры (марш, песня, танец);
2. Понятие о темпе (медленный, умеренный, быстрый). Понятие о характере музыки (грустная - веселая, громкая – тихая; гордая, торжественная, легкая, светлая);
3. Динамические оттенки (громко, умеренно, тихо).
4. Такт, длительности в музыкальных произведениях;

*Практика 4 часа:*

1. Определение музыкальных жанров;
2. Определение темпа и характера музыки;
3. Движение в характере мелодии;
4. Отсчет тактов.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение.

## 3.Разминка 62ч.

*Теория 8 часов:*

1. Постановка корпуса.
2. Правила исполнения упражнений для головы, рук, корпуса, ног.
3. Для чего развивать отдельные группы мышц.
4. Положения рук и ног в танце.
5. Техника исполнения шпагата.
6. Упражнения на развитие эластичности мышц (как правильно исполнять).
7. Правила исполнения танцевальных шагов.
8. Техника исполнения прыжков.
9. Рисунок танца.

*Практика 54 часа:*

1. Постановка корпуса, как в классическом танце (“Елочка”; “Принц - принцесса”);
2. Движения для головы:
  - поворот вправо, влево;
  - наклон направо, налево, вперед, назад;

- смещение вперед, назад;
- круговые движения головой;
- 3. Упражнения для глаз (закрыть - открыть, зажмуриться, широко раскрыть глаза, посмотреть направо, налево, вверх, вниз, круговые движения).
- 4. Мимика лица (“маски” - смешинки, сердинки, грустинки, дразнилки и т.д.);
- 5. Движения плеч (вверх - вниз, вперед - назад, круговые вперед - назад);
- 6. Движения для кистей рук (сжатие и разжимание кулака, движение кисти вперед, назад по кругу, вниз – вверх, сгибание в запястье)
- 7. Движения для локтевого и плечевого суставов:
  - сгибание руки в локте;
  - круговые движения от локтя вперед - назад, от плеча всей рукой вперед – назад;
  - рывки руками;
  - натяжение и расслабление рук - “деревянные”, “тряпичные руки”;
  - различные положения рук вверх - вниз, в стороны;
- 8. Свободные позиции рук: подготовительная I, II позиции, руки за юбочку, руки на талию;
- 9. Движения корпуса: наклоны корпуса вперед - назад, в стороны, круговые движения корпусом;
- 10. Движения для тазобедренных и коленных суставов (подъем, сгибание ног, вращательные движения, приседания); равновесие на одной ноге - “чертик”, “журавлик”;
- 11. Движения для стоп (подъем на полупальцы, развороты, упражнения на развитие подъема);
- 12. Упражнения на полу для мышц спины («кораблик», «коробочка», «кольцо», «кошечка» и т. д.);
- 13. Упражнения для мышц живота;
- 14. Упражнения для ног, стоп на полу;
- 15. Шпагат прямой и поперечный;
- 16. Упражнения на развитие эластичности мышц;
- 17. Подготовка к прыжкам (полуприседание и подъем на полупальцы , plie releve);
- 18. Свободные позиции ног I, II, III, VI позиции;
- 19. Танцевальные шаги: бытовой, танцевальный (с носка), шаг на полупальцах, легкий бег, подскоки, боковой галоп;
- 20. Прыжки (“мячик”, “маятник” — из стороны в сторону, с продвижением вперед - назад, с поворотом 90°, с поджатием ног, сочетание разных прыжков);
- 21. Упражнения на ориентировку в зале (повороты вправо и влево, движения по линии танца и обратно, по диагонали);
- 22. Упражнения на координацию (различные комбинации);
- 23. Построение рисунков (круг, колонки, шеренги, диагональ, змейка, ручеек); переход из одного рисунка в другой.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, коврики, лавочки, станки.

#### **4.Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 2 час:*

Демонстрация полученных навыков в форме контрольного урока.

### **Предполагаемые результаты первого года обучения**

По окончании данного курса учащиеся:

- имеют представление о музыкальных терминах, таких как жанр, такт, длительность;
- определяют характер, темп, динамические оттенки в музыке;
- выделяют начало фразы, части в произведении;
- знают основные понятия в хореографии: танец, хореография, осанка, позиции ног и рук, рисунок танца, растяжка.
- соблюдают правильную осанку при исполнении движений;
- знают позиции и положения рук, ног;
- движения исполняют под музыку, передавая заданный характер;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки, строят простые рисунки;
- показывают азы актерского мастерства.

## Учебно-тематический план второго года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Ритмика и музыкальная грамота</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
1	Акцента, музыкальный размер	1	1	1
2	Понятия танцевальной музыке	1	1	
3	Мелодия, аккомпанемент	1	1	
4	Пунктирный ритм	1	1	1
<b>3.</b>	<b>Разминка</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
1	Постановка корпуса	2		2
2	Движения для головы, рук, кистей, плечевого сустава	2		2
3	Движения корпуса	2		2
4	Движения для ног, стоп	2		2
5	Калланетика	4	1	3
6	Шпагаты	4		4
7	Танцевальные шаги	4	1	3
8	Прыжки	2		2
9	Упражнения на координацию	2		2
10	Рисунок в танце	4	1	3
11	Правила этикета	2	1	1
<b>4.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>
1	Позиции рук	4	1	3
2	Позиции ног	4	1	3
3	Движения у станка	14	3	11
4	Движения на середине	6	1	5
5	Adagio	2	1	1
6	Allegro	2	1	1
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>
<b>6.</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>	<b>72</b>		<b>72</b>

## **Содержание учебно-тематического плана второго года обучения**

### **1. Вводное занятие 2ч.**

*Теория 1 часа:*

1. Знакомство с классическим танцем;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

### **2. Ритмика 6ч.**

*Теория 4 часа:*

1. Закрепление знаний, полученных в первом классе;
2. Длительности и ритмический рисунок (сочетание различных длительностей);
3. Понятие такт и затакт;
4. Понятие танцевальной музыки (полонез, вальс, полька, гавот, падеграс); специфичность метроритма различных танцевальных жанров;
5. Разнообразие характера и темпа танцевальных жанров (на примере вальса, польки);
6. Мелодия, аккомпанемент (вальс, полонез, полька);
7. Пунктирный ритм (пример полонеза).

*Практика 2 часа:*

1. Определение музыкального размера, дирижирование;
2. Прохлопывание длительности (целая, половинная, четверть) и ритмического рисунка.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, аудио материал, тетради, ручки.

### **3. Разминка 20ч.**

*Теория 4 часа:*

1. Техника исполнения упражнений разминки.
2. Правила исполнения танцевальных шагов.
3. Правила этикета.
4. Техника исполнения упражнений в паре, четверке, и т. д.

*Практика 26 часов:*

1. Продолжается работа над постановкой корпуса, позициями рук, ног (упражнения для рук и ног по I, II, III свободным позициям);
2. Повторяются и усложняются упражнения для головы, плечевых и локтевых суставов, кистей рук (комбинированные упражнения, движения с разным ритмическим рисунком);
3. Упражнения для корпуса выполняются с большей нагрузкой и амплитудой;

4. Упражнения для ног (движения классического тренажа на середине по свободным позициям: demi-plie и releve по I, II, III, VI позициям, battement tendu из I свободной позиции, с работой стопы носок – каблук, grand battement); упражнения для стопы (перекат с п/п на пятки, перекал на внешнее и внутренне ребро стопы: 1 нога, 2 ноги, подъем на п/п по I II III позициям);
5. Упражнения на мышцы спины (увеличивается нагрузка и объем движений);
6. Упражнения на пресс (увеличивается количество движений); силовые движения для мальчиков (на мышцы спины, рук, ног);
7. Шпагаты: увеличение амплитуды и время растяжки.
8. Колонетика: увеличение время исполнения движения, повышение сложности.
9. Танцевальные шаги, беговые движения: переменный шаг, танцевальный шаг, бег с отбрасыванием ног назад, вперед. Подскоки в разном темпе. Галоп с поворотом на 180°.
10. Прыжки: исполняются с большей амплитудой, с поворотом на 90°, 180°, комбинируются два, три вида прыжков.
11. Рисунок танца (строить аккуратно, соблюдая центр и интервалы), переход из одного рисунка в другой (плетень, улитка, змейка);
12. Работа над ансамблем: согласованное движение в паре, 4-ке, 6-ке;
13. Правила этикета - умение вести девочку в танце, поворачиваться в паре, исполнять поклон дамы и кавалера; уважительное, внимательное, доброжелательное отношение друг друга в паре, ансамбле.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, коврики, лавочки, станки.

#### **4. Классический танец 32ч.**

*Теория 8 часов:*

1. Что такое классический танец (историческая справка).
2. Постановка корпуса, позиции рук и ног.
3. Техника исполнения движений классического экзерсиса.
4. Техника прыжка.
5. Adagio в классическом танце.

*Практика 24 часа:*

1. Позиции рук: подготовительная, I, II, III. Позиции ног: I, II, III, V.
2. Движения у станка:
  - demi plie (по I, II, III позициям);
  - battements tandus в сторону, вперед, назад (I, III позициям);
  - bt tandus jetes в сторону, вперед (по I, III позициям);
  - passé par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию);
  - понятие направлений en dehors et en dedans;
  - battements releves lents на 90° в сторону (по I, III позициям);
  - grand battement вперед, в сторону (по I и III позициям);
  - releves на полупальцы (по I, II, III поз.), с вытянутых ног и с demi plies;

- положение ноги sur le cou-de-pied вперед и назад;
- 3. Движения на середине:
  - demi plie (по I ,II, III позициям);
  - battements tandus в сторону, вперед (I позиции);
  - bt tandus jetes в сторону, вперед (по I позиции);
  - grand battements jetes вперед, в сторону (по I позиции);
  - releves на полупальцы (по I ,II, III позициям), с вытянутых ног и с demi plies;
- 4. Adagio (позы классического танца, port de bras: подготовительное);
- 5. Allegro: temps saute (по I ,II позициям), pas echappe (по II позиции).

Основной задачей освоения классического танца на этом году обучения является постановка корпуса, рук, головы в процессе изучения основных движений тренажа у станка и на середине, развитие координации движений.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, станки, зеркала, видеоматериал.

### **5.Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 2 час:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.

### **6.Индивидуальные занятия 72часа.**

Классический танец:

1. Растяжки: прямой, поперечный шпагаты, упражнения на мышцы спины, упражнения для выворотности ног – 20 часов.
2. Battement tandu, bt tandus jetes, grand battement – 10 часов.
3. Port de bras – 5 часов.
4. Танцевальные шаги – 5 часов.
5. Танцевальные комбинации – 32 часа.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, станки, зеркала, видеоматериал.

## **Предполагаемые результаты второго года обучения:**

- определяют характер, темп, размер и ритмический рисунок музыкального произведения;
- имеют представление о танцевальной музыке;
- знают основные понятия в хореографии: танец, хореография, осанка, позиции ног и рук, рисунок танца, классический танец, терминологию изученных движений;
- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень в сравнении с первым годом обучения;
- развивают физические данные (исполняют упражнения «мостик», «шпагат», «коробочку»);
- осваивают движения и терминологию классического танца;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- учатся самостоятельно контролировать свое поведение и работу.



## Учебно-тематический план третьего года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Ритмика и музыкальная грамота</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
1	Закрепление пройденного материала	2	1	1
2	Расширение знаний о музыке	2	1	1
<b>3.</b>	<b>Разминка</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
1	Движения для головы, кистей, плечевого сустава	2		2
2	Движения корпуса	2		2
3	Движения для ног, стоп	2		2
5	Развитие шаговых мышц	2		2
4	Колонетика	2		2
5	Прыжки	2		2
6	Танцевальный шаг	2	1	1
7	Рисунок в танце	4	1	3
8	Правила этикета	2	2	
<b>4.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>44</b>	<b>6</b>	<b>38</b>
1	Повторение пройденного материала	8	1	7
2	Движения у станка	16	2	14
3	Движения на середине	10	1	9
4	Вращения, туры	4	1	3
5	Adagio	2		2
6	Allegro	4	1	3
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>
<b>6.</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>	<b>72</b>		<b>72</b>

## Содержание учебно-тематического плана третьего года обучения

### 1. Вводное занятие 2ч.

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год.
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:* Образовательная программа, специализированная литература, инструкции по ТБ.

### 2. Ритмика 4ч.

*Теория 2 часа:*

1. Закрепление знаний, полученных во втором классе;
2. Расширяется представление о танцевальных жанрах в музыке.
3. Прослушивание классической балетной музыки.

*Практика 2 часа:*

Слушание, анализ музыкальных произведений. Определение характера, темпа, динамики, музыкального размера, жанра муз. произведения.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, аудио материал, тетради, ручки.

### 2. Разминка 20ч.

*Теория 4 часа:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Правила исполнения движений ансамблем, рисунки в танцевальных композициях.
3. Правила этикета.

*Практика 16 часов:*

1. Усложняются упражнения для головы, рук, корпуса:
  - комбинированные упражнения, движения с разным ритмическим рисунком;
  - смещения корпуса в стороны, вперед, назад;
  - «волны» (корпус, руки, голова);
  - «контракция» (корпус).
2. Упражнения для плечевого пояса, рук, кистей: «волны» (различные виды), круговые движения. Движения комбинируются, исполняются в разном темпе.
3. Упражнения для ног (увеличивается объем маховых движений).
4. Упражнения на мышцы спины, живота, силовые движения (для мальчиков) усложняются качественно и количественно.
5. Колонетика (упражнения усложняются по длительности и сложности).

6. Прыжки: проучиваются прыжки большой амплитуды, комбинируются с танцевальными движениями, исполняются в различных темпах.
7. Танцевальный шаг: добавляются движения рук, корпуса. Танцевальные шаги исполняются в различном рисунке и разных темпах.
8. Рисунок танца (построение рисунка, движение в рисунке и переходы из одного в другой): «прочес»; движение в нескольких кругах, «звездочка», «крест», «мельница».
9. Работа над ансамблем:
  - синхронность вращений соло, в паре;
  - одинаковая степень поворотов - 2-х, 3-х, 4-х пар и т.д.;
10. Закрепление правил этикета.

Силовые упражнения (потягивание, отжим от пола, упражнения на развитие силы мышц с использованием гантелей).

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки, гантели.

### **3. Классический танец 44ч.**

*Теория 6 часа:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.

*Практика 38 часов:*

1. Закрепление позиций рук и ног.
2. Движения у станка:
  - demi plie (по I, II, V позициям); grand plie I, II, III.
  - battements tendus в сторону, вперед, назад (по III позициям) с опусканием пятки во II позицию;
  - bt tendus jetes в сторону, вперед, назад (по I, III позициям) rigues в сторону;
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans);
  - preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
  - battements releves lents и вперед, в сторону, назад (по I, III позициям), комбинируется с passe;
  - grand battement вперед, в сторону, назад (по I и III позициям), с demi plies;
  - releves на полупальцы (по I, II, V позициям), с вытянутых ног и с demi plies;
  - pas de bourre (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
  - balance (в сторону);
  - перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Основной задачей экзерсиса у станка является развитие силы ног, путем введения полупальцев в упражнения и увеличения количества движений; а так же развитие техники исполнения упражнений в более

быстром темпе. Комбинации состояются из 2 и более движений, сочетаются движения рук и ног, используется положение epalment.

3. Движения на середине:

- demi plie (по I, II, V позициям);
- battement tendu, bt tendu jete в сторону, вперед, назад;
- releve lent вперед, в сторону (по I, III позициям);
- grand battement вперед, в сторону (по I, III позициям);
- releve, plie releve (по I, II, III позициям);
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

4. Adagio

- позы классического танца;
- arabesque: I, II;
- port de bras: подготовительное, I, II.

Составляются танцевальные композиции под известную классическую музыку.

5. Allegro: temps saute (по I, II, III позициям), pas echarpe (по II позиции), pas assemble в сторону.

Упражнения на середине состояются из 2-х и более движений, используются положения epalman crouser, effaser, позы и положения классического танца. Особое внимание обращается на развитие устойчивости.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, зеркала, станки.

#### **4. Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 1 час:*

Демонстрация полученных навыков в форме контрольного урока.

#### **5. Индивидуальные занятия 72 часа.**

Классический танец:

6. Расстяжки: прямой, поперечный шпагаты, упражнения на мышцы спины, упражнения для выворотности ног – 20 часов.
7. Battement tendu, bt tendus jetes, grand battement – 10 часов.
8. Releve lent, grand battement – 10 часов.
9. Pas de bourge, pas balance 10 часов.
10. Танцевальные комбинации – 22 часа.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, зеркала, станки.

## **Предполагаемые результаты третьего года обучения**

По окончании данного курса учащиеся:

- анализируют музыкальные произведения (определяют характер, темп, динамику, размер, ритмический рисунок);
- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень в сравнении со вторым годом обучения;
- осваивают движения и терминологию классического танца;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, показывая актерскую игру;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- пробуют анализировать выступления своих сверстников и свое исполнение.

## Учебно-тематический план четвертого года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
1	Упражнения для мышц тела	6	1	5
2	Растяжки у станка и на середине	6	1	5
3	Танцевальные шаги, прыжки	4		4
4	Проведение разминки	4	2	2
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>40</b>
1	Повторение пройденного материала	8		8
2	Движения у станка	16	4	12
3	Движения на середине	10	2	8
4	Вращения, туры	2	1	1
5	Adagio	2		2
6	Allegro	2		2
7	Постановка этюдов	8	1	7
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>15</b>	<b>57</b>

# Содержание учебно-тематического плана четвертого года обучения

## 1. Вводное занятие 2ч.

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, иллюстрации, инструкции по ТБ.

## 2. Разминка 20ч.

*Теория 4 часа:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Правила исполнения движений ансамблем, рисунки в танцевальных композициях.

*Практика 16 часов:*

1. Усложняются упражнения для головы, рук, корпуса:
  - комбинированные упражнения, движения с разным ритмическим рисунком;
  - смещения корпуса в стороны, вперед, назад;
  - «волны» (корпус, руки, голова);
  - «контракция» (корпус).
2. Упражнения для ног (увеличивается объем маховых движений).
3. Упражнения на мышцы спины, живота, силовые движения (для мальчиков) усложняются качественно и количественно.
4. Растяжка у станка в сторону, вперед, назад.
5. Растяжка на середине (прямой и поперечный шпагаты, подготовка к исполнению шпагата).
6. Танцевальные шаги (шаг польки, вальса, вальсовый шаг с поворотом), беговые движения (исполняются в различных темпах, комбинируются).
7. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
8. Самостоятельно проводим разминочный комплекс (каждый учащийся проводит разминку на 10 минут для всего класса).

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

## 3. Классический танец 48ч.

*Теория 8 часов:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.

*Практика 40 часов:*

1. Движения у станка:

- demi и grand plies (по I, II, IV, V позициям);
- battement tendu в сторону, вперед, назад (по V позиции); с plie releve, с опусканием пятки во II позицию;
- bt tendus jetes в сторону, вперед, назад (по V позиции) с plie releve, pikues в сторону;
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans); «обводка», комбинируется с растяжкой;
- battement tendu frappe в сторону, вперед, назад.
- relevent и developpe вперед, в сторону, назад (по V позиции);
- grand battement с demi plies, сквозной;

Комбинации усложняются: состояются из 2 и более движений, сочетаются движения рук и ног, используется положение epalment, увеличивается темп.

2. Движения на середине:

- demi plies (по I, II, V позициям), grand plies (по I, II позициям);
- battement tendu, bt tendu jete в сторону, вперед, назад (V позиции);
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans).
- relevent вперед, в сторону, назад;
- grand battement вперед, в сторону, назад;
- releve, plie releve (по I, II, III, V позициям);
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalment;

3. Вращения, туры:

- Подготовительные упражнения к вращениям у станка и на середине;
- Подготовительные упражнения к турам;
- Chaines на середине.

4. Adagio

- arabesque: I, II, III;
- port de bras: подготовительное, I, II, III.

5. Allegro: sote (по I, II, III, V позициям), changement de pieds, pas eshappe (по II позиции) с разворотом на 90°, 180°, pas assembly (в сторону, вперед) pas de basgue вперед.

6. Постановка этюдов. Танцевальные комбинации состояются с использованием нескольких движений.

Закрепляется азбука классического танца. Вырабатываются навыки правильности и чистоты исполнения, закрепляется устойчивость, продолжается развитие координации, силы и выносливости.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, зеркала, станки.

**5. Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 2 часа:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.



## Предполагаемые результаты четвертого года обучения

*По окончании данного курса учащиеся:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- анализируют свои выступления и сверстников.

## Учебно-тематический план пятого года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5
2	Растяжки у станка и на середине	8	1	7
3	Прыжки	2		2
5	Работа ансамблем	2		2
6	Проведение разминки	8	2	6
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>78</b>	<b>8</b>	<b>70</b>
1	Повторение пройденного материала	10	1	9
2	Движения у станка	24	2	22
3	Движения на середине	20	2	18
4	Вращения, туры	4	1	3
5	Adagio	4		4
6	Allegro	6	1	5
7	Постановка танцевальных композиций	10	1	9
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>15</b>	<b>93</b>

# Содержание учебно-тематического плана пятого года обучения

## 1. Вводное занятие 2ч.

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

## 2. Разминка 26ч.

*Теория 4 часов:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика 22 часа:*

1. Движения для разогрева: увеличивается нагрузка, сложность движений, темп исполнения повышается.
2. Растяжка у станка: добавляются растяжки повышенной сложности.
3. Растяжка на середине: прямой и поперечный шпагаты, растяжка на шпагат с лавочек.
4. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
5. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
6. Упражнения на работу ансамблем.
7. Каждый учащийся составляет разминочный комплекс на 10-15 минут и проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

## 3. Классический танец 78ч.

*Теория 8 часов:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.
4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика 70 часов:*

1. Движения у станка:
  - demi и grand plies комбинируется с port de bras;
  - battement tendu, bt tendu jete, с plie releve, с разворотом на 45°;
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans); rond de jamb на 45°;
  - battement tendu frappe, petit battement;
  - battement fondu в сторону, вперед, назад;

- relevent и developpe, с demi plies;
  - grand battement, с подъемом на полупальцы;
- Комбинации состояются из 2 и более движений, сочетаются движения рук и ног, используется положение epalment, увеличивается темп.

2. Движения на середине:

- demi и grand plies (по I, II, V позициям);
- battement tendu, bt tendu jete (по V позиции);
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans);
- relevent и developpe вперед, в сторону, назад;
- grand battement вперед, в сторону, назад;
- releve, plies releve (по I, II, III, V позициям);
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalment;

3. Вращения, туры:

- Подготовительные упражнения к вращениям у станка и на середине;
- Подготовительные упражнения к турам;
- Chaines на середине.
- Туры у станка.

4. Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras: подготовительное, I, II, III, IV.

5. Allegro:

- sote (по I, II, III, IV, V позициям);
- changement de pieds;
- pas esharpe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
- pas assembly в сторону, вперед;
- pas de basgue вперед;
- glissade в сторону;
- sissonne fermee в сторону, вперед.

6. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений, вырабатываем устойчивость на полупальцах. Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. Проучиваются небольшие этюды на развитие пластики и танцевальности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал, станки.

## **5. Итоговое занятие 2ч.**

*Теория 1 час:*

Сдача теоретического материала в форме устного экзамена.

*Практика 1 час:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.

## **Предполагаемые результаты пятого года обучения**

*По окончании данного курса учащиеся:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- проводят 10-15 минутную разминку, составляют комбинации классического экзерсиса;
- анализируют свои выступления и сверстников.

## Учебно-тематический план шестого года обучения

	Тема	Общее кол- во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5
2	Растяжки у станка и на середине	6		6
3	Прыжки	2		2
4	Работа ансамблем	4		4
5	Проведение разминки	8	1	7
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>78</b>	<b>10</b>	<b>68</b>
1	Повторение пройденного материала	10	1	9
2	Движения у станка	24	2	22
3	Движения на середине	20	2	18
4	Вращения, туры	4	1	3
5	Adagio	4	1	3
6	Allegro	6	1	5
7	Танцевальные этюды	10	2	8
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>15</b>	<b>93</b>

# Содержание учебно-тематического плана шестого года обучения

## 1. Вводное занятие 2ч.

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

## 2. Разминка 26ч.

*Теория 2 часов:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика 24 часа:*

3. Движения для разогрева: увеличивается нагрузка, сложность движений, темп исполнения повышается.
4. Растяжка у станка: добавляются растяжки повышенной сложности.
5. Растяжка на середине: прямой и поперечный шпагаты. Растяжка на шпагат с лавочек.
6. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
7. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
8. Упражнения на работу ансамблем.
9. Каждый учащийся составляет разминочный комплекс на 15 – 20 минут и комбинации классического экзерсиса и проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

## 3. Классический танец 78ч.

*Теория 10 часов:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.
4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика 68 часов:*

1. Движения у станка:
  - demi и grand plies;
  - battement tendu, battement tendu jete с подъемом на полупальцы;
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans) с port de bras;
  - battement tendu frappe, petit battement, с подъемом на полупальцы;
  - battement fondu с rond de jambe par terre на 45°;

- relevent и developpe с подъемом на полупальцы;
  - grand battement jete с passe;
2. Движения на середине:
- demi и grand plies с port de bras ;
  - battement tandu, bt tandu jete с разворотом на 45°;
  - rond de jamb parter (an dehor, an dedan);
  - relevent, developpe;
  - grand battement с разворотом на 45°;
  - pas de bourre (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
  - pas balance (в сторону); с разворотом на 45°;
3. Вращения, туры:
- Chaines на середине;
  - Туры на середине.
4. Adagio
- arabesque: I, II, III, IV;
  - port de bras: I, II, III, IV.
5. Allegro:
- sote (по I, II, III, IV, V позициям);
  - changement de pieds с разворотом на 45°;
  - pas eshappe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
  - pas assembly в сторону, вперед, назад;
  - pas de basgue;
  - glissade в сторону, вперед;
  - sissonne fermee в сторону, вперед, с продвижением.
6. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений, вырабатываем устойчивость на полупальцах. Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. В танцевальных этюдах делается акцент на исполнительское мастерство.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал, станки.  
литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал.

## **5. Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 2 часа:*

Сдача практических упражнений в форме открытого урока.



## **Предполагаемые результаты шестого года обучения**

*По окончанию данного курса учащиеся:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- проводят уроки (разминку, классический танец);
- анализируют свои выступления и сверстников.

## Учебно-тематический план седьмого года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5
2	Растяжки у станка и на середине	6		6
3	Прыжки	2		2
4	Работа ансамблем	2		2
5	Проведение разминки	8	1	7
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>80</b>	<b>10</b>	<b>70</b>
1	Повторение пройденного материала	10	1	9
2	Движения у станка	20	2	18
3	Движения на середине	14	2	12
4	Вращения, туры	6	1	5
5	Adagio	6	1	5
6	Allegro	4	1	3
7	Танцевальные этюды	20	2	18
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>17</b>	<b>91</b>
<b>6.</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>	<b>72</b>		<b>72</b>

## **Содержание учебно-тематического плана седьмого года обучения**

### **1. Вводное занятие 2ч.**

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

### **2. Разминка 24ч.**

*Теория 2 часа:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика 22 часа:*

1. Движения для разогрева: увеличивается нагрузка, сложность движений, темп исполнения повышается.
2. Растяжка у станка: добавляются растяжки повышенной сложности.
3. Растяжка на середине: прямой и поперечный шпагаты, увеличивается время исполнения. Растяжка на шпагат с лавочек.
4. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
5. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
6. Упражнения на работу ансамблем.
7. Каждый учащийся составляет разминочный комплекс и комбинации классического танца на 15 – 20 минут, проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

### **3. Классический танец 80ч.**

*Теория 10 часов:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.
4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика 70 часов:*

1. Движения у станка:
  - demi и grand plies; battement tendu, battement tendu jete (комбинируются с полуповоротами, турами);
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans) на 90°;

- relevent и developpe с demi plies, с подъемом на п/пальцы;
- battement tandu frappe, petit battement (на п/пальцах);
- battement fondu;
- grand battement;

## 2. Движения на середине:

- demi и grand plie (по I, II, V позициям);
- battement tandu, bt tandu jete в сторону, вперед, назад;
- rond de jamb parter (an dehor, an dedan);
- relevent вперед, в сторону, назад;
- grand battement;
- pas de bourre (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

## 3. Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras.

Составляются танцевальные композиции под известную классическую музыку.

## 4. Allegro:

- sote; changement de pieds с разворотом на 90°, 180°;
- pas eshappe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
- pas assembly в сторону, вперед, назад;
- pas de basgue;
- glissade в сторону, вперед;
- sissonne fermee в сторону, вперед, с продвижением.

## 5. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений, вырабатываем устойчивость на полупальцах. Adagio усложняется за счет новых движений. Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. Проучиваются небольшие этюды на развитие пластики и танцевальности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал, станки.

литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал.

### **4. Итоговое занятие 2ч.**

*Практика 2 часа:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.

### **5. Индивидуальные занятия 72 часа.**

Классический танец:

1. Растяжки: прямой, поперечный шпагаты, упражнения на мышцы спины, упражнения для выворотности ног – 20 часов.
2. battement tandu, bt tandus jetes, grand battement – 10 часов.
3. relevent, developpe, grand battement – 10 часов.

4. pas de bourre, pas balance 10 часов.
5. Танцевальные комбинации – 22 часа.

## **Предполагаемые результаты седьмого года обучения**

*По окончании данного курса учащиеся:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- проводят уроки (разминку, классический танец);
- анализируют свои выступления и сверстников.

## Учебно-тематический план восьмого года обучения

	Тема	Общее кол-во часов	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5
2	Растяжки у станка и на середине	6		6
3	Прыжки	2		2
4	Работа ансамблем	2		2
5	Проведение разминки	8	1	7
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>80</b>	<b>10</b>	<b>70</b>
1	Повторение пройденного материала	10	1	9
2	Движения у станка	20	2	18
3	Движения на середине	14	2	12
4	Вращения, туры	6	1	5
5	Adagio	6	1	5
6	Allegro	4	1	3
7	Танцевальные этюды	20	2	18
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>17</b>	<b>91</b>
<b>6.</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>	<b>72</b>		<b>72</b>

# Содержание учебно-тематического плана восьмого года обучения

## 1. Вводное занятие 2ч.

*Теория 2 часа:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

## 2. Разминка 24ч.

*Теория 2 часа:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика 22 часа:*

1. Движения для разогрева.
2. Растяжка у станка, растяжка на середине.
3. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
4. Упражнения на работу ансамблем.
5. Каждый учащийся составляет экзерсис классического танца на 15 – 20 минут и проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

## 3. Классический танец 80ч.

*Теория 10 часов:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.
4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика 70 часов:*

- demi и grand plies; battement tendu, battement tendu jete;
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans), комбинируется с port de bras, растяжками;
  - relevee и developpe комбинируется с rond de jambe на 90°;
  - battement tendu frappe, petit battement (на п/пальцах);
  - battement fondu (на п/пальцы);
  - grand battement;
2. Движения на середине:
    - demi и grand plie комбинируется с port de bras;

- battement tandu, bt tandu jete (комбинируются с полуповоротами, турами);
- rond de jamb parter (an dehor, an dedan);
- develope вперед, в сторону, назад;
- grand battement;
- pas de bourre (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

### 3. Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras: подготовительное, I, II, III, IV.

Составляются танцевальные композиции под известную классическую музыку.

### 4. Allegro:

- sote; changement de pieds с разворотом на 90°, 180°;
- pas eshappe, pas assembly;
- pas de basgue;
- glissade в сторону, вперед, назад;
- sissonne fermee;
- sissonne fermee jete в сторону, вперед.

### 5. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений. Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. Проучиваются этюды на развитие пластики и танцевальности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал, станки.

литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал.

## **5. Итоговое занятие 2ч.**

*Теория 1 час:*

Сдача теоретического материала в форме устного экзамена.

*Практика 1 час:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.



## Предполагаемые результаты восьмого года обучения

*По окончании данного курса учащиеся:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;
- исполняют упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентируются в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- проводят уроки (разминку, классический танец);
- ставят этюды и номера;
- анализируют свои выступления и сверстников.

## Литература

1. Бекина С. И. «Музыка и движение». Москва 1984 г.
2. Богомолова Л. В. «Итоги эксперимента художественно-эстетического направления». Москва 1993 г.
3. Копорова Е. «Ритмика» – Москва 1997 г.
4. «Ритмика и танец». Программа министерства культуры для хореографических отделений школ искусств. Москва 1980 г
5. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. М.Искусство, 1960г.
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. М. Музыка 1972г.
7. Классический танец. Программа для хореографических отделений школ искусств (проект). Москва 1992г.
8. Михайлова М. А., Воронина И.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М. Ярославль, 2000г.

### Воспитательная работа в объединении

**Цель:** формирование и развитие гармонически развитой личности внутри коллектива.

**Задачи:** создание благоприятной психологической атмосферы для повышения степени коллективности.

**Форма проведения:**

1. Участие в концертной деятельности;
2. Экскурсии с целью ознакомления с окружающей средой;
3. Изучение искусства родного края;
4. Коллективные творческие дела;
5. Организация и участие в досуговых мероприятиях.

### Программа содержит следующие разделы:

1. *Ритмика и музыкальная грамота.*
2. *Разминка .*
3. *Классический танец.*
4. *Основы хореографии.*
5. *Эстрадный танец.*

**Раздел 1: «Ритмика и музыкальная грамота»** включает в себя упражнения и музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, а также движения под музыку.

Цель ритмики – активизация музыкального восприятия детей через движения. Развитие музыкальных и творческих способностей детей. Дети учатся слушать музыку. Различать ее выразительные средства: темп, динамические оттенки, размер, форму музыкального произведения, характер, ритмические рисунки. Развитию музыкальных способностей учащихся.

Музыка пробуждает у детей светлые, радостные чувства. Они получают удовольствие от свободных, легких движений, от сочетания музыки с пластикой тела, жестов, мимикой.

Занятия ритмикой поднимают настроение, повышают жизненный тонус. Дети учатся эмоционально переживать музыку. Чувства, настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, выразительность.

**Раздел 2: «Разминка»** включает в себя упражнения на координацию (различие правой и левой ноги, правой и левой руки, поворотов вправо, влево, согласованное действие различных частей тела), ориентацию в пространстве (движение в различных направлениях, соблюдение интервалов, построение рисунков). В этот раздел входят упражнения, помогающие формировать красивую осанку, правильную постановку корпуса, головы, ног, рук, развивающие у детей физические данные, исправляющие недостатки

фигуры. Это движение классического танца по свободным позициям на середине, движения народного и балльного танцев, несложные упражнения по аэробике. А так же гимнастика для укрепления и развития эластичности связок и мышц.

**Раздел 3: «Классический танец».** Этот раздел включает в себя постановку корпуса, изучение позиций рук, ног, основных движений классического танца у станка и на середине, *adagio*, *allegro*. Классический танец вырабатывает правильную осанку, повышает технический уровень исполнителя, танцевальную выразительность, музыкальность. Развивает координацию, силу мышц, внимание. Изучение классического танца дает возможность легко и уверенно осваивать другие виды танца.

**Раздел 4: «Композиция танца».** В разделе изучается композиция танца, из чего строится номер, как постановщик воплощает идею и замысел номера через движения, позировки, рисунок. Учащиеся самостоятельно пробуют ставить простые этюды, небольшие танцевальные сюжеты и хореографические номера, как завершение курса.

**Раздел 5: «Эстрадный танец».** включает в себя изучение движений, рисунков и перестроений танца. Особое внимание уделяется манере и характеру исполнения движений. Эстрадный танец помогает раскрыть творческие способности учащихся, развить артистизм.

Музыка дает мощный эмоциональный заряд и определенный настрой, что способствует более яркому самовыражению исполнителей, помогает вкладывать всю душу в танец.