

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 Р.П. ЧУНСКИЙ

«Рассмотрено на заседании ШМО гуманитарного цикла» Протокол №1 от <u>28.08</u> 2019г. Руководитель ШМО гуманитарного цикла Н.В.Иванкова <u><i>Иванкова</i></u>	«Согласованно» <u><i>Берлюз</i></u> Заместитель директор по УВР Т.Г. Берлюз	«Утверждаю» <u><i>Харитонова</i></u> Директор МОБУ СОШ №1 р.п. Чунский для Харитонова приказ № <u>0-87</u> от <u>07.09.2019</u> 2019г.
---	---	--

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
дополнительного образования
художественной направленности
«Хореография в школе»**

**Срок реализации программы: 5 лет
Возраст: 8-18 лет**

**р.п. Чунский
2019 год**

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка	3
1.1. Информационные материалы и направленность программы	3
1.2. Актуальность и педагогическая целесообразность программы.	3
1.3. Отличительные особенности программы	3
1.4. Адресат программы	3
1.5. Форма обучения	3
1.6. Срок и режим освоения программы	4
1.7. Цель программы	4
1.8. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы	4
II. Содержание программы	5
III. Комплекс организационно-педагогических условий	24
3.1. Тематическое планирование	24
3.2. Календарный учебный график	25
3.3. Оценочные материалы	28
3.4. Условия реализации программы.	28
VI. Методическое обеспечение программы	28

I. Пояснительная записка

1.1. Информационные материалы и направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа дополнительного образования художественного направления «Хореография в школе» разработана на основе Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" и составлена в соответствии с ООП НОО, ООП ООО и ООП СОО МОБУ СОШ №1 р.п.Чунский, обеспечивает достижение планируемых результатов ФГОС, направлена на воспитание творческой личности средствами хореографии, гармоничное развитие и формирование морально-волевых и нравственно-этических качеств обучающихся.

1.2. 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 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. В рамках кружка «Хореография в школе» создан школьный хореографический ансамбль «Вдохновение», работа которого развивает учебную мотивацию, культурное самоопределение, творческую самореализацию обучающихся по хореографическому искусству. При формировании специфического техникотактического стиля деятельности, идейных основ поведения, этических норм и навыков создаются условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, интеграции в культуру. Личность развивается интеллектуально и духовно, укрепляется психическое и физическое здоровье.

1.3. Отличительные особенности программы:

- комплексность учебных разделов: ритмика, партерная гимнастика, ритмопластика, 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.

1.4. Адресат программы: учащиеся младшего, среднего и старшего школьного возраста. 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.

1.5. Форма обучения: очная.

Организация форм проведения: групповые, индивидуальные

1.6.Срок и режим освоения программы: .

Год обучения	Класс возраст	Продолжительность занятия (часов)	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	2-3 класс 8-9 лет	1,5	2	3	108
2	4-5 класс 10-11 лет	1,5	2	3	108
3	6-7 класс 12-13 лет	2	2	4	144
4	8-9 класс 14-16 лет	2	2	4	144
5	10-11 класс 17-18 лет	2	2	4	144
			Итого:	18	648

Программа рассчитана на 5 лет. Продолжительность каждого занятия - 40 минут.

1.7. Цель программы: Создание условий для творческой личности средствами хореографии, гармоничного развития и формирования морально-волевых и нравственно-этических качеств учащихся.

Задачи:

Образовательные:

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

1.8. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы «Хореография в школе»

Личностные:

1. Воспитание целеустремленности, настойчивости, трудолюбия, творческой активности и самостоятельности, культуры поведения и этикета средствами хореографии.
2. Формирование художественно-творческих способностей.
3. Воспитание дружбы и сотворчества, чувства долга и ответственности, дисциплинированности в коллективной хореографической деятельности, скромности и требовательности к себе.
4. Привитие необходимых навыков здорового образа жизни и двигательной активности.

Метапредметные:

1. Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.
2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.

3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Предметные:

1. Знание основ теории хореографического искусства, его направлений.
2. Навыки музыкально-двигательного движения, умение решать постановочные и художественные задачи средствами сценической и пластической выразительности.
3. Знание элементов музыкальной грамоты, развитие музыкально-ритмической координации и «мышечного чувства», развитие музыкального слуха и чувства ритма.
4. Умение определять характер музыки, темпа, ритма, динамики и структуры музыкального произведения.
5. Развитие ориентации, умение использовать пространственный рисунок.
6. Чувство самоконтроля за движениями, стремление проявить фантазию и двигательное воображение.
7. Владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений.
8. Умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно.
9. Знание основных особенностей танцев народов мира.

II. Содержание программы

1 год обучения

Раздел «Ритмопластика»

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»

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.

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 половинных нот; выделение сильные и слабые доли на слух, воспроизведение их хлопками и дирижирование в музыкальном размере 2/4, 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

2 год обучения

Раздел «Партерная гимнастика»

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 специфичность 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.

Раздел «Классический танец»

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

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 Grandplies;
- б) Battementtendu(лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперед и назад из I, V позиции ног);
- в) Battementtendujete(изучается так же как батман тандю);
- г) Ronddegambeparterre(лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперед, в сторону, позже назад);
- д) Battementraleveslentsна 45 градусов (лицом к станку, в сторону, позднее вперед, держась одной рукой за станок);
- е) Grandbattementjetes(лицом к станку, броски в сторону, назад. Спиной к станку броски вперед).

Экзерсис на середине.

1. Постановка корпуса
2. Переходы рук из позиции в позицию (пордебраI, III, I- подготовительная)
 - а) Demi-plies (I, II, IIIпозиции ног);
 - б) Battementtendu (Iв сторону, позже по I и V позиции вперед, в сторону и назад);
 - в) Grandbattementjetes(вперед, в сторону, назад).

Все движения выполняются в чистом виде без вариаций.

Прыжки.

- а) Трамплины по Iи Vпозиции **Хореографический практикум**

Экзерсис у станка:

- а) Grandpliesв I, II, V, IV позициях;
- б) Battement double frappes;
- в) Battement fondusна45 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) Танлиепартер 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 модерато.

Прыжки.

а) Saute;

б) Pas jete;

в) Pas echappe;

г) Pas assemble;

Раздел «Народный танец»

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»

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. Эстраднему 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.

3 год обучения

Раздел «Классический танец»

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

Экзерсис у станка:

- a) Demi-plies, grandplies 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 чёткий, темп умеренно;

г) Battement tendu piques

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

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

ж) Relevés lenta на 45, 90 градусов - стоя боком к станку. Размер 3/4, 4/4 по такту на движение и фиксацию положения, темп умеренно;

з) Перегибы корпуса;

и) Прыжки лицом к станку;

а) Pas de chat 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 jambe par terre;

д) Grand battement jetés.

Прыжки.

а) Temps saute I, II, V позиции;

б) Changement de pied V позиции;

в) Pas de chat;

г) Разножка;

Раздел «Народный танец»

Хореографический практикум

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 I -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»

Хореографический практикум

Экзерсис у станка

- а) demi-pliesи Grandplies(лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battementtendu(лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) ronddegamberarterre(лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac
- е) Grandbattementjetes(лицом к станку, броски в сторону, назад. (Спиной 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 **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 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.

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.

Элементы латины.

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

Элементы акробатики.

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

Элементы верхнего брэйка.

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

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.;

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 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 специфичность 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
- работа над образом, характера (мимика, жесты, выражение чувств);
- отработка танца.

4 год обучения

Раздел «Классический танец»

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

Экзерсис у станка:

- а) Battement double frappes;
- б) Battement developpes;
- в) Petit battement sur le cou-de-pied;
- г) Battement soutenu;
- д) Rond de gambe par terrenademi-plies;

Экзерсис на середине:

Дополнительно:

- а) Portdebras- I, II, III, IVпозиции;

Большие позы: croise, eneffaces 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) Sissonnefermee

Хореографический практикум

Экзерсис у станка:

Дополнительно:

- а) Battement double frappes;
- б) Battementfondusна45 градусов, на полупальцах;
- в) Battement developpes passes;
- г) Petit battement;
- д) Rond de gambe en lair;

Экзерсис на середине:

Дополнительно:

- а) Большие позы: croise, enface;
- б) Tanliепартер с перегибом корпуса;
- в) Маленький пируэт;
- г) Адажео;

д) Изучение pasdebourteес переменной ног, лицом к станку, размер 2/4, темп умеренно. **Прыжки.**

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

Раздел «Народный танец»

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

Хореографический практикум

Экзерсис у станка

- а) demi-pliesи Grandplies(лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battementtendu(лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперед и назад из I,Vпозиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) ronddegambeparterre(лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперед, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac
- е) Grandbattementjetes(лицом к станку, броски в сторону, назад. Спinoй 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 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 подъёмом на полупальцы
 - шаги с подскоком и подъёмом 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)

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.

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.

Элементы латины.

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

Элементы акробатики.

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

Элементы верхнего брэйка.

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

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.;

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)

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, pasdedeux – танцевальное действие внутри балетного спектакля.

Структура pasdedeux:

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.

5 год обучения

Раздел «Классический танец»

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

Экзерсис у станка:

- а) Demi-plies по всем позициям 2т. $\frac{3}{4}$;
- б) Grandplies по всем позициям 1т. $\frac{4}{4}$;
- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jeté 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. $\frac{4}{4}$;
- з) Battement soutenu 1т. $\frac{4}{4}$, 1т. $\frac{2}{4}$;
- и) Battement releve lent на 90 градусов в позах croise, en efface;
- к) Grand battement jeté escarpe par terre, в позах croise, en efface;

Экзерсис на середине:

- а) Grandplies по всем позициям;
- б) Tan lie партер вперёд, назад, sport de bras;
- в) Battement tendu: с V позиции в позах croise, en efface;
- г) Battement tendu jeté в позах croise, en efface;

- д) Rond de gambe par terrenademi-plies;
- е) Pasdebourrees переменной ног, размер 2/4, темп модерато;
- ж) Grand battement впозахcroise, en efface;
- з) Позы: 4 arabesque 2т. 4/4;

Прыжки.

- а) Saute;
- б) Pas jete;
- в) Pas echappe;
- г) Pas assemble;
- д) Sissonneouverte;
- е) Sissonnefermeевсторону 2т. 2/4.

Хореографический практикум

Экзерсис у станка:

- а) Grandpliesв I, II, V, IVпозициях;
- б) Battement double frappes;
- в) Battement fondusна45 градусов, наполопальцах;
- г) Battement developpes passes;
- д) Petit battement;
- е) Preparation дляrond de gambe par terre;

Экзерсис на середине:

- а) Grandpliesв I, IIпозиции;
- б) Большие позы: croise;
- в) Tanliепартер с перегибом корпуса;
- г) Port de bras (первое 2т. 4/4; второе 2т. 4/4; третье 4т. 4/4);
- д) Pasbalance(1т. %);
- е) Изучение pasdebourrees переменной ног, размер 2/4, темп модерато.

Прыжки.

- а) Sissonnefermeев сторону (2т. 2/4);

Дополнительно:

- а) Sissonnefermeеназад, вперёд, в сторону;
- б) Sissonnetoumbe2т. 2/4, 1т. 2/4.

Раздел «Народный танец»

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

Экзерсис у станка

- а) demi-pliesи Grandplies(лицом к станку по I, II, III, позже V позиция ног)
- б) battementtendu(лицом к станку I позиция ног, в сторону позже вперёд и назад из I, V позиции ног, носок, каблук);
- в) каблучное упражнение
- г) ronddegamberarterre(лицом к станку по I позиции ног по точкам, вперёд, в сторону, позже назад)
- д) flic-flac
- е) Grandbattementjetes(лицом к станку, броски в сторону, назад. Спinoй 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

Экзерсис у станка

- а) demi-plies и Grand plies (по I, II, V позицияног)
- б) battement tendu
- в) каблучное упражнение
- г) ronddegambeparterre
- д) flic-flac
- е) Grand battement jetes **Экзерсиснасередине**

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 каблочки
 - 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

Раздел «Современная хореография».

Современный танец - это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К со-

временному 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.

Элементы латины.

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

Элементы акробатики.

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

Элементы верхнего брэйка.

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

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.;

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

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

III. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Тематическое планирование

1 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Ритмопластика	3	51	54
2	Ритмика	3	51	54
	Итого	6	102	108

2 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Партерная гимнастика	2	25	27
2	Классический танец	2	25	27
3	Эстрадный, стилизованный танец	2	25	27
4	Народный танец	2	25	27
	Итого	8	100	108

3 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Классический танец	2	34	36
2	Народный танец	2	34	36
3	Современная хореография	2	34	36
4	Эстрадный, стилизованный танец	2	34	36
	Итого	8	136	144

4 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Классический танец	2	28	30
2	Народный танец	2	28	30
3	Современная хореография	2	28	30
4	Эстрадный, стилизованный танец	2	28	30
5	Индивидуальное обучение	2	22	24
	Итого	10	134	144

5 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Классический танец	2	28	30
2	Народный танец	2	28	30
3	Современная хореография	2	28	30
4	Эстрадный, стилизованный танец	2	28	30
5	Индивидуальное обучение	2	22	24
	Итого	10	134	144

3.2. Календарно учебный график

Продолжительность учебного года - 36 недель.

Начало занятий, окончание - в соответствии с Учебным планом МОБУ СОШ №1 р.п. Чунский.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором школы
Продолжительность занятий - 40 минут; перерыв для отдыха - 10 минут.

3.3.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 8-9 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 10 - 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:

1. До 4 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.

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), 3 (заторможенность) - от 1 до 4 баллов (В - 1, В - 2, 3 -1, 3 -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) _____ учебного года
Объединение _____

№п/п	ФИО учащегося	Уровень прохождения промежуточной аттестации/итоговой (кол-во баллов)	Объем освоения программы за первое полугодие/за	Уровень освоения содержания образовательной
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 уровнями 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 согласно 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) .
--	-------------	---

3.4 .Условия реализации программы.

- Групповое помещение (кабинет «Хореография»).
- Станки
- Аудиоаппаратура
- Костюмы

VI. Методическое обеспечение программы

1. Базарова Н.П. Классический танец // Москва., 1998.
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии // Санкт-Петербург: Респекс, 1996
3. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца// М.: Просвещение, 1985
4. Уральская В.И. природа танца// М.: Советская Россия, 1981
5. Ведехина Т.Ю Уроки мастера. // СПб.: Питер, 2008
6. Костровицкая В.А. 100 уроков классического танца// Л.: Искусство, 1972