

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ Г.ШАХТЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
г.ШАХТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГОРОДСКОЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МБУ ДО ГДДТ г. Шахты

Протокол № 1 от 29.08. 2025г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО ГДДТ г. Шахты
И.В. Агалакова

Приказ № 302 от 01.09.2025г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Академия танца»

Уровень программы: углубленная

Вид программы: модифицированная

Тип программы: традиционная

Возрастная категория: от 10-17 лет

Срок реализации программы: 4 года (1008 ч)

Форма обучения: очная

Условия реализации программы: муниципальное задание

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Бородина Валерия Станиславовна

Шахты

2025

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ

1.1 Пояснительная записка

Танец называют матерью всех искусств. Музыка и поэзия существуют во времени; живопись, архитектура – в пространстве. А танец живет одновременно и во времени и в пространстве. Творец и творение - являются одним целым. Среди множества форм художественно-эстетического 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.

Согласно «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» содержание программы направлено на развитие эстетического, нравственного, патриотического, этнокультурного воспитания детей путем приобщения к искусству, народному творчеству, художественным ремеслам и промыслам, а также сохранению культурного наследия народов Российской Федерации;

Руководствуясь Методическими рекомендациями «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления», в программу включены темы по изучению государственных символов Российской Федерации;

1.1.1 Нормативно – правовая база

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;
- Федеральным законом от 30.12.2020 №489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 14 июля 2022 года №261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи»;
- Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 года № 358 «О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 года №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

и на перспективу до 2036 года» и Национальным проектом России «Молодежь и дети» до 2030 г.;

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ;
- Методическими рекомендациями «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях; а также, организациях отдыха детей и их оздоровления»;
- Уставом МБУ ДО ГДДТ г. Шахты и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

1.1.2 Направленность и вид программы

Направленность программы – художественная.

Вид программы – модифицированная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Академия танца» вводит ребёнка в удивительный мир творчества, фантазии и воображения, даёт возможность для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Ведь основой хореографического обучения детей является возможность способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения.

1.1.3. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы.

Известно, что эффективность дополнительного образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится

заложенником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Актуальность программы сегодня осознаётся всеми. Современная жизнь стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Новизна данной программы обуславливается тем, что работа обучающихся строится на основе массового вовлечения участников, привлечения их интереса к хореографическому искусству. Ведь возможности дополнительного образования в плане организации внеурочной работы детей чрезвычайно широки. Воспитание и обучение представлено разнообразной художественно-эстетической деятельностью.

Педагогическая целесообразность обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние обучающихся; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку.

1.1.3 Отличительная особенность программы

Программа «Академия танца», сохраняя традиционную основу хореографического образования, имеет свои отличительные черты. Программа разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания обучающимся индивидуальной образовательной. Программа представляет синтез различных направлений хореографии: эстрадной и классической, народной и современной, которые позволяют осуществить комплексную хореографическую подготовку, что актуально в современном обществе. Но танец неотделим от природно-физической организации ребенка и его естественно-природных задатков, фактуры тела. Это привело к необходимости ввести в программу такое направление, как «Партерная гимнастика». Таким образом, представленный в программе «Академия танца» комплекс, его структура и взаимосвязь модулей является новизной.

Развитие коммуникативной компетенции позволяет выпускникам программы представлять и отстаивать свою точку зрения, выработать уважительное отношение к ценностям других людей и сообществ. Таким образом, программа представляет собой образец авторского творческого изменения преподавания, значительно отличается от существующих аналогов и позволяет достичь положительных результатов обучения, это подтверждается высокими

результатами обучающихся, занимающих призовые места на конкурсах как муниципального, регионального, российского так и международного уровня.

1.1.4 Адресат программы

Программа «Академия танца» рекомендована на разные возрастные категории от 10 до 17 лет. На первый год обучения дети принимаются по предварительному отбору. Отбор детей проводится в форме творческих заданий, просмотров, позволяющих определить наличие способностей к художественно-исполнительской деятельности. Минимум содержания дополнительной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Академия танца» обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности обучающегося и приобретение им знаний, умений и навыков в предметных областях.

1.1.5 Уровень программы, объём и сроки реализации

Уровень программы – углубленный.

Срок обучения - по программе составляет 4 года.

Количество детей:

1 года обучения: не менее 15 человек;

2 года обучения: не менее 12 человек;

3 года обучения: не менее 8 человек;

4 года обучения: не менее 8 человек.

Объем программы: 1008 часов.

1.1.7 Форма обучения.

Форма обучения – очная.

В дни невозможности посещения занятий обучающимися по болезни или в период карантина, а также в другие периоды особых режимных условий возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Условием реализации программы на очном обучении с применением дистанционных технологий является наличие у педагога и обучающегося одного из устройств с выходом в сеть интернет: гаджета, компьютера или ноутбука.

При переходе на дистанционное обучение программа будет реализовываться с помощью интернет-сервисов: SberJazz, Сферум, МАХ и др.

1.1.8 Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс имеет развивающий характер, направлен на развитие у детей природных задатков и интересов.

В течение учебного года возможен дополнительный прием учащихся в группы 1, 2 и последующих годов обучения при наличии свободных мест и успешных результатов собеседования для определения уровня готовности к обучению по дополнительной общеразвивающей программе.

1.1.9 Режим занятий

Занятия 1 года обучения проводятся по 4 часа в неделю (2 раза в неделю по 2 часа) - 144 часа в год.

Занятия 2 года обучения проводятся по 6 часов в неделю (3 раза в неделю по два часа) - 216 часов в год.

Занятия 3 года обучения проводятся по 9 часов в неделю (3 раза в неделю по 3 часа) - 324 часа в год.

Занятия 4 года обучения проводятся по 9 часов в неделю (3 раза в неделю по 3 часа) - 324 часа в год.

1.1.10 Формы организации образовательного процесса.

Формы проведения занятий: практические занятия, конкурсы, мастер-классы, совместные концерты с другими творческими коллективами города, отчетные концерты, класс-концерты, открытые занятия, фестивали.

- групповая (основная форма занятий);
- по звеньям (отдельно мальчики, отдельно девочки);
- индивидуальная (используется индивидуальная форма работы).

1.1.11 Формы подведения итогов реализации программы.

Текущий контроль успеваемости, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся являются частью образовательной деятельности, которая сопровождает освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Академия танца» и позволяет обучающимся оценить реальную результативность их творческой деятельности.

Параметры и критерии оценивания
уровня хореографической подготовки:

Параметры	Критерии
Балетные данные	осанка выворотность танцевальный шаг подъем стопы гибкость прыжок
Музыкально-ритмические способности	чувство ритма координация движений: нервная мышечная двигательная музыкально-ритмическая координация

Сценическая культура	эмоциональная выразительность создание сценического образа
-----------------------------	---

Контролю результатов обучения подлежат:

Осанка - для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

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

Музыкально – ритмическая координация

Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

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

Входной контроль, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся. Для этого вида контроля используются методы:

- наблюдение;
- игры: имитационные, ролевые, драматизации.

Промежуточный контроль.

Текущий, осуществляемый в повседневной работе с целью проверки

усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся. Для этого вида контроля можно использовать такие методы:

- устные (фронтальный опрос, беседа);
- индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся);
- наблюдения.

Тематический, осуществляемый по мере прохождения темы, раздела и имеющий целью систематизировать знания и умения обучающихся. Этот вид контроля подготавливает обучающихся к открытым занятиям. Здесь можно использовать следующие методы: - практические: (сдача элементов танца);

- индивидуальные;
- комбинированные (творческий проект);
- самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов).

Итоговый, проводимый в конце полугодий, всего учебного года. Здесь целесообразно проводить концерты, фестивали обучающихся, соревнования, участие в конкурсах.

В качестве системы оценивания в творческом объединении используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования: - индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;

- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся; - дифференцированный подход.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1.2.1 Цель программы

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного и эстетического вкуса и физического совершенствования.

1.2.2 Основные задачи:

Обучающие задачи

- изучить основы композиции и постановки народного танца: понятие о рисунке, драматургии номера, использовании фольклорного материала.
- познакомиться с историей развития народно-сценического танца в России (творчество И. Моисеева, Н. Надеждиной и др.)

- изучить принципы работы с предметами в народном танце (платок, шапка, ложки) в их историческом и символическом контексте.
- достичь уровня хореографической грамотности, необходимого для продолжения обучения в среднем и высшем специальном учебном заведении;
- повысить умение разучивать и выразительно исполнять произведения народно-сценического танца;
- достичь достаточного уровня знания методики исполнения, умений, навыков, необходимых в сольной исполнительской практике;
- закрепить навыки самостоятельного разучивания хореографических произведений;
- повысить исполнительское мастерство, артистичность и выразительность;
- наработать высокую исполнительскую технику;
- овладеть навыками импровизации простейших хореографических композиций.

Развивающие задачи

- сформировать коммуникативные компетенции обучающегося;
- сформировать внутреннюю мотивацию обучающегося к учебной деятельности;
- воспитать у обучающихся настойчивость и целеустремленность в преодолении трудностей учебного процесса.
- сформировать у обучающегося компетенции 21 века (креативность);
- сформировать навыки работы с информацией.

Воспитательные задачи

- привить интерес и любовь к народно-сценическому танцу, изучая образцы (репертуар профессиональных ансамблей);
- сформировать потребность выполнения моральных норм на основе понимания их социальной необходимости.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 Учебный план

Учебно-тематический план 1 года обучения.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Гимнастика. Классический танец. Народно-Сценический танец. Эстрадный танец. Концертная деятельность.»

Режим занятий – 4 часа в неделю.

Наименование разделов, модулей, тем	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
	Теория	Практика	Всего	
Введение в программу	2		2	Входной контроль
ГИМНАСТИКА	2	8	10	
Теория дисциплины.				
Основные задачи гимнастики	2		2	Текущий контроль
Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).			8	
Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		1		Текущий контроль
Упражнения, развивающие подъем стопы.		1		Промежуточный контроль
Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		1		Текущий контроль
Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		1		Текущий контроль
Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		1		Текущий контроль
Упражнения, развивающие выворотность ног.		1		Промежуточный контроль
Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.		2		Текущий контроль
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	2	48	50	
Теория дисциплины.			2	
Отличительные черты русского классического балета и его школы	2			Промежуточный контроль
Экзерсис у станка			18	
Grands plies с port de bras (без работы		2		Текущий

корпуса).				контроль
Battements tendus pour batterie.		2		Текущий контроль
Rond de jambe на 45 градусов en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plie.		2		Текущий контроль
Battements fondus с plie-releve и demi-rond на 45 градусов.		2		Текущий контроль
Battements soutenus на 90 градусов en face и в позах.		2		Текущий контроль
Battements frappes с releve на полупальцы.		2		Текущий контроль
Battements doubles frappes с releve на полупальцы.		2		Текущий контроль
Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на полупальцы.		2		Текущий контроль
Pas tombe с продвижением и окончанием носком в пол, sur le cou-de-pied и на 45 градусов.		2		Текущий контроль
Экзерсис на середине зала			20	
Grands plies с port de bras (без работы корпуса).		2		Текущий контроль
Battements tendus en tournant en dehors и en dedans на 1/8 , 1/4 круга.		2		Текущий контроль
Battements fondus с plie releve и demi-rond на 45 градусов en face на всей стопе.		2		Промежуточный контроль
Battements doubles fondus в пол и на 45 градусов во всех направления и позах.		2		Тематический контроль
Battements doubles frappes: -с releve на полупальцы; - с окончанием в demi-plie en face и в позы.		2		Текущий контроль
Pas tombe с продвижением и окончанием sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45 градусов.		2		Промежуточный контроль
Поза IV arabesque на 90 градусов.		1		
Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans en face и из позы в позу.		1		Текущий контроль
Grands battements jetes в позе IV arabesque.		1		Текущий контроль

3-е port de bras с demi-plie на опорной ноге.		1		Промежуточный контроль
6-е port de bras.		1		Тематический контроль
Pas de bourree dessus-dessous en face.		1		Текущий контроль
Pas de bourree ballotee на effacee и croisee носком в пол и на 45 градусов.		1		Промежуточный контроль
Pas glissade en tournant с продвижением в сторону по полному повороту.		1		Текущий контроль
Allegro			10	
Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону и назад.		2		Педагогическое наблюдение
Changement de pieds с продвижением вперед, в сторону и назад.		2		Текущий контроль
Pas echange battu.		2		Текущий контроль
Sissonne ouverte par developpe на 45 градусов в позах.		2		Текущий контроль
Pas echange на II позицию en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.		2		Промежуточный контроль
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	2	48	50	
Теория дисциплины			2	
Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем	2			Педагогическое наблюдение
Экзерсис у станка			8	
Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).		1		Педагогическое наблюдение
Battements tendus (скольжение ногой по полу).		1		Текущий контроль
Pas tortillé (развороты стоп).		1		Текущий контроль
Battements tendus jetés (маленькие броски).		1		Текущий контроль
Flic-flac (мазок к себе от себя).		1		Текущий контроль
Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).		1		Текущий контроль
Маленькое каблучное.		1		Текущий

				контроль
Большое каблучное.		1		Текущий контроль
Экзерсис на середине зала			10	
«Праздничный поклон».		1		Текущий контроль
Припадания накрест (быстрое).		1		Текущий контроль
Ускоренная «гармошечка» (без plie) вокруг себя.		1		Текущий контроль
Простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах.		1		Текущий контроль
«Моталочка» с поворотом.		1		Текущий контроль
Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.		1		Промежуточный контроль
Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке.		2		Текущий контроль
Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.		2		Текущий контроль
Вращения на середине зала			10	
Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.		2		Промежуточный контроль
Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.		2		Тематический контроль
Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.		2		Текущий контроль
Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.		2		Промежуточный контроль
Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.		2		Текущий контроль
Вращения по диагонали зала			10	
Shaine.		2		Текущий контроль
Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie.		2		Промежуточный контроль

shaine в сочетании с вращением на каблучок.		2		Тематический контроль
Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой.		2		Текущий контроль
Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).		2		Промежуточный контроль
Вращения по кругу зала			10	
Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.		6		Текущий контроль
Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.		4		Текущий контроль
ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	2	18	20	
Теория дисциплины				
Введение в эстрадный танец.	2		2	Текущий контроль
Танцевально-аэробный блок			18	
Базовые шаги и танцевальные связки.		6		Текущий контроль
Танцевально разминочный комплекс с элементами эстрадно- танцевальных стилей.		6		Текущий контроль
Музыкальная азбука.		4		Текущий контроль
Итоговое занятие.		2	2	Итоговый контроль
КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	-	12	12	
Участие в концертах, конкурсах районного, городского, всероссийского и международного уровня, выступление на различных мероприятиях с показательными номерами.		12		Итоговый контроль
Итого часов	10	134	144	

Учебно-тематический план 2 года обучения.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Классический танец. Народно-Сценический танец. Эстрадный танец. Работа над репертуаром. Концертная деятельность».
Режим занятий – 6 часов в неделю.

Наименование разделов, модулей, тем	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
	Теория	Практика	Всего	
<i>Введение в программу</i>	2		2	Входной контроль
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	2	78	80	
Теория дисциплины.			2	
Французские термины в классическом танце.	2			Промежуточный контроль
Экзерсис у станка			26	
Battements fondus на 90 градусов en face на всей стопе и полупальцах.		4		Текущий контроль
Battements doubles frappes с поворотом на ¼ и ½ круга.		4		Текущий контроль
Flic-flac en dehors и en dedans.		2		Текущий контроль
Grand rond de jambe jete en dehors и en dedans. en tournant по ½ поворота.		2		Текущий контроль
Rond de jambe en l air en dehors и en dedans с releve и plie-releve на полупальцы.		2		Текущий контроль
Battements releves lents и battements developpes с demi-plie и переходом с ноги на ногу.		2		Текущий контроль
Demi-rond de jambe и grand rond de jambe developpe из позы в позу.		2		Текущий контроль
Grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на всей стопе.		2		Текущий контроль
Поворот fouette en dehors и en dedans на ¼ и ½ круга с ногой, поднятой вперед или назад на 45 градусов на полупальцах и с demi-plie.		2		Текущий контроль
Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная во всех направлениях на 45 градусов.		2		Текущий контроль
Pirouettes en dehors и en dedans из V		2		Текущий

позиции.				контроль
Экзерсис на середине зала			34	
Battements tendus en tournant en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.		2		Текущий контроль
Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круг.		2		Текущий контроль
Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круга.		2		Промежуточный контроль
Battements fondus на полупальцах en face и в позах.		2		Тематический контроль
Battements soutenus на 45 градусов en face и в маленьких позах на полупальцах.		2		Текущий контроль
Battements frappes и battements doubles frappes en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круга носком в пол и на 30 градусов.		2		Промежуточный контроль
Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.		2		
Flic-flac на всей стопе, с подъемом на полупальцы и с окончанием в позы на demi-plie.		2		Текущий контроль
Rond de jambe en l air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plie.		2		Текущий контроль
Battements releves lents и battements developpes с demi-plie и с переходом с ноги на ногу en face и в позы.		2		Промежуточный контроль
Temps lie на 90 градусов с переходом на всю стопу.		2		Тематический контроль
Grands battements jetes passe par terre с окончанием на носок вперед или назад en face и в позах.		2		Текущий контроль
Pas de bourree ballote на 45 градусов en tournant.		2		Промежуточный контроль
Pas de bourree en tournant с переменной ног en dehors и en dedans.		2		Текущий контроль
Pirouette en dehors и en dedans из V и IV позиций с окончанием в V позицию.		2		
Pas glissade en tournant по диагонали (2-4).		2		
Pirouettes en dedans с coupe-шага по диагонали (pirouettes - piques) 4-8.		2		

Allegro			18	
Pas echappe на IV позицию на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.		2		Педагогическое наблюдение
Pas assemble с продвижением с приёмов pas glissade и coupe-шаг.		2		Текущий контроль
Pas de chat с броском ног назад.		2		Текущий контроль
Pas jete во всех направлениях с ногой, поднятой на 45 градусов.		2		Текущий контроль
Pas ballonee во всех направлениях en face и позах на месте и с продвижением.		2		Промежуточный контроль
Temps lie sauté.		2		
Grande sissonne ouverte во всех позах без продвижения.		2		
Royale.		2		
Entrechat-quatre.		2		
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	2	78	80	
Теория дисциплины			2	
Термины в народно-сценическом танце.	2			Педагогическое наблюдение
Экзерсис у станка			24	
Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).		2		Педагогическое наблюдение
Battements tendus (скольжение ногой по полу).		2		Текущий контроль
Pas tortillé (развороты стоп).		2		Текущий контроль
Battemets tendus jetés (маленькие броски).		2		Текущий контроль
Flic-flac (мазок к себе от себя) на материале цыганского танца.		2		Текущий контроль
Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).		2		Текущий контроль
Большое каблучное.		2		Текущий контроль
Battemets fondus (мягкое, тающее движение).		2		Текущий контроль
«Веребочка».		2		
Battment développé .		2		
Дробные выстукивания.		2		
Grands battements jetes (большие броски ногой).		2		
Экзерсис на середине зала			22	

Поклон в выбранном национальном характере.		2		Текущий контроль
Ускоренная «гармошечка» (без plie) в сочетании с degaje.		2		Текущий контроль
«Веревочки»		2		Текущий контроль
«Моталочка»		2		Текущий контроль
Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.		2		Текущий контроль
Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.		2		Промежуточный контроль
Ход с подбивкой и продвижением вперед.		2		Текущий контроль
Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.		2		Текущий контроль
Шаг-бег с наклоном в корпусе.		2		Текущий контроль
Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).		2		Текущий контроль
Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).		2		Текущий контроль
Вращения на середине зала			10	
Сочетания вращений plie-retere с вращением двойное вращение на каблучках).		2		Промежуточный контроль
Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.		2		Тематический контроль
Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45 градусов, подъем сокращен – 1 полугодие, на 90 градусов – второе полугодие.		2		Текущий контроль
Вращения с использованием движений из национальных танцев.		2		Промежуточный контроль
Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями		2		Текущий контроль

народного танца.				
Вращения по диагонали зала			10	
Shaine.		2		Текущий контроль
Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас».		2		Промежуточный контроль
Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).		2		Тематический контроль
Вращения в характере пройденных национальных танцев.		2		Текущий контроль
Вращения мужские с использованием трюковых элементов.		2		Промежуточный контроль
Вращения по кругу зала			12	
Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.		12		Текущий контроль
ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	2	18	20	
Теория дисциплины				
Введение в эстрадный танец.	2		2	Текущий контроль
Танцевально-аэробный блок			18	
Базовые шаги и танцевальные связки.		6		Текущий контроль
Танцевально разминочный комплекс с элементами эстрадно- танцевальных стилей.		6		Текущий контроль
Музыкальная азбука.		6		Текущий контроль
РАБОТА НА РЕПЕРТУАРОМ	-	20	20	Текущий контроль
Знакомство с музыкальным материалом постановки		2		Промежуточный контроль
Изучение танцевальных движений		6		Тематический контроль
Соединение движений в танцевальные композиции		6		Текущий контроль
Посещение концертов творческих коллективов города и области		4		Текущий контроль
Итоговое занятие		2	2	
КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	-	14	14	
Участие в концертах, конкурсах районного, городского, всероссийского и международного уровня, выступление на различных		14		Итоговый контроль

мероприятиях с показательными номерами.				
Итого часов	10	206	216	

Учебно-тематический план 3 года обучения.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара»

Режим занятий – 9 часов в неделю

Разделы и темы	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
	Теория	Практика	Всего	
Вводное занятие	2		2	Входной контроль
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	4	75	79	
Теория дисциплины.			4	
Основы сочинения комбинаций (вспомогательных упражнений), основанных на игровых и танцевальных элементах.	1			Промежуточный контроль
«Классический танец» в системе обучения хореографии, его взаимовлияние и дополнение к преподаванию других дисциплин.	3			Промежуточный контроль
Экзерсис у станка			30	
Battements fondus на 90 градусов на полупальцах в позах.		3		Текущий контроль
Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45 градусов en face.		3		Текущий контроль
Battements releves lents и battements developpes: с plie-releve en face и в позах; tombes с окончанием носком в пол.		3		Текущий контроль
Grands battements jetes: на полупальцах; grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на полупальцах; через passé на 90 градусов.		3		Текущий контроль
Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90 градусов и больших поз.		6		
Pirouette en dehors и en dedans начиная		6		

с открытой ноги в сторону на 45 градусов.				
Pirouette en dehors и en dedans с temps releve.		6		
Экзерсис на середине зала			30	
Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.		3		Текущий контроль
Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.		3		Текущий контроль
Battements soutenus на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.		3		Промежуточный контроль
Petits pas jetes en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.		3		Тематический контроль
Tour lent en dehors и en dedans на ¼ поворота в больших позах.		3		
Grands battements jetes через passé на 90 градусов.		3		
Pirouette en dehors и en dedans из V, IV и II позиций с окончанием в V, IV позиции – 2 pirouettes.		3		Текущий контроль
Pirouette en dehors из V позиции по одному подряд (2-4).		3		
Pas glissade en tournant по диагонали (6-8).		3		Текущий контроль
Tours chaines (4-8).		3		
Allegro			15	
Pas echange battu с окончанием на одну ногу.		2		Педагогическое наблюдение
Pas assemble battu.		1		Текущий контроль
Pas jete с продвижением с ногой, поднятой на 45 градусов во всех направлениях и позах и с приемов pas glissade, pas coupe, coupe-шаг.		2		
Sissonne ouverte на 45 градусов в маленьких позах с продвижением.		1		
Temps leve с ногой, поднятой на 45 градусов во всех направлениях и позах.		3		
Grand pas assemble в сторону.		3		Текущий контроль
Grand pas emboite.		3		Тематический контроль
ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ	3	47	50	
Теория дисциплины.			3	
История бытового танца. История	3			Текущий

возникновения сытового танца в России. Выдающиеся балетмейстеры. Краткий обзор литературы по дисциплине.				контроль
Экзерсис на середине зала			47	
Основные элементы историко-бытового танца		15		Текущий контроль
Бытовые танцы Средних веков.		15		Текущий контроль
Реверансы и поклоны Средневековья.		17		Тематический контроль
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	4	76	80	
Теория дисциплины			4	
Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем	4			Педагогическое наблюдение
Экзерсис у станка			12	
Demi – plies и grand – plies по всем выворотным позициям (с переходом из позиции в позицию через поворот стоп).		2		
Battements tendus по V выворотной позиции.		1		
Battements tendu jete одной рукой за палку с пурлипье, et demi plie (по 5-ой выворотной позиции).		2		
«Каблучное» - маленькое с одним ударом.		1		
Grand – battements (основной вид).		3		
Перегибы корпуса на всей стопе (1-я позиция ног. лицом к станку).		3		
Экзерсис на середине зала			19	
Дробные ходы и дробы.		6		Педагогическое наблюдение
Моталочка в повороте.		3		Текущий контроль
Веревочка с переступанием и выносом ноги на каблук.		6		Текущий контроль
Метёлочка. Маятник.		3		Текущий контроль
Усложнение пройденных элементов		1		Текущий контроль
Вращения на середине зала			21	
Отскоки по 1 прямой позиции в		6		

повороте с выносом правой ноги на каблук.				
Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.		6		
Вращение по 2 позиции невыворотню, стремительно.		6		
Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.		3		
Вращения по диагонали зала			24	
Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 90 градусов		6		
Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).		6		
Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.		6		
Вращения в характере пройденных национальных танцев.		6		
СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	3	47	50	
Теория дисциплины			3	
Знакомство с целями и задачами третьего года обучения.	3			Тематический контроль
ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА			47	
Разогрев. Упражнения stretch характера. Растягивание.		3		Текущий контроль
Разогрев. Использование в разогреве движений классического экзерсиса.		3		Текущий контроль
Изоляция. Голова: Zundari-квадрат, Zundari-круг		3		Промежуточный контроль
Изоляция. Плечи: Twist, Шейк		3		Тематический контроль
Изоляция. Грудная клетка и пелвис.		3		Текущий контроль
Изоляция. Руки и ноги.		3		Промежуточный контроль
Танцевальная импровизация.		3		Текущий контроль
Координация голова – крест, в оппозицию движение пелвиса,		3		

движение головы вперед-назад, одновременно battement tendu, Shugar leg в координации с шейком кистей, боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук				
Deep body bends.		3		Текущий контроль
Положение contraction и release.		3		Промежуточный контроль
Глубокие наклоны в положение hinge (хинч).		3		Тематический контроль
Body roll вперед и в сторону.		3		Текущий контроль
Кросс. Шаги.		3		Промежуточный контроль
Кросс. Прыжки.		3		
Кросс. Вращения.		3		Текущий контроль
Комбинации.		2		
ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА	4	36	40	
Теория дисциплины			4	
Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	4			Текущий контроль
Экзерсис на середине зала			36	
Создание сценического образа		3		Текущий контроль
Изучение танцевальных движений		3		Текущий контроль
Соединение движений в танцевальные композиции		3		Промежуточный контроль
Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах		3		Текущий контроль
Отработка элементов		3		Текущий контроль
Работа над музыкальностью		3		Текущий контроль
Развитие пластичности		3		Текущий контроль
Работа над техникой танца		3		Педагогическое наблюдение
Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений		3		Педагогическое наблюдение
Посещение концертов творческих коллективов города и области		7		Тематический контроль
Итоговое занятие		2	2	Итоговый контроль
Концертная деятельность		22	22	Итоговый контроль
Итого часов	20	304	324	

Учебно-тематический план 4 года обучения.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара. Концертная деятельность»

Режим занятий – 9 часов в неделю

Разделы и темы	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
	Теория	Практика	Всего	
Вводное занятие	2		2	Входной контроль
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	4	86	90	
Теория дисциплины.			4	
Выворотность, как основное требование при выполнении движений. Анатомические предпосылки выворотности, ее развитие и эстетические функции.	1			Промежуточный контроль
Значение и функции головы в технике и пластике движений классического танца.	3			Промежуточный контроль
Экзерсис у станка			42	
Battements fondus на 90 градусов на полупальцах в позах.		6		Текущий контроль
Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45 градусов en face.		6		Текущий контроль
Battements releves lents и battements developpes: с plie-releve en face и в позах; tombes с окончанием носком в пол.		6		Текущий контроль
Grands battements jetes: на полупальцах; grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на полупальцах; через passé на 90 градусов.		6		Текущий контроль
Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90 градусов и больших поз.		6		Текущий контроль
Pirouette en dehors и en dedans начиная с открытой ноги в сторону на 45 градусов.		6		Текущий контроль
Pirouette en dehors и en dedans с temps		6		Промежуточный

releve.				контроль
Экзерсис на середине зала			30	Тематический контроль
Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.		3		Текущий контроль
Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.		3		Промежуточный контроль
Battements soutenus на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.		3		Текущий контроль
Petits pas jetes en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.		3		
Tour lent en dehors и en dedans на 1/4 поворота в больших позах.		3		Текущий контроль
Grands battements jetes через passé на 90 градусов.		3		Промежуточный контроль
Pirouette en dehors и en dedans из V, IV и II позиций с окончанием в V, IV позиции – 2 pirouettes.		3		Тематический контроль
Pirouette en dehors из V позиции по одному подряд (2-4).		3		Текущий контроль
Pas glissade en tournant по диагонали (6-8).		3		Промежуточный контроль
Tours chaines (4-8).		3		
Allegro			14	Текущий контроль
Grand pas assemble в сторону и вперед с приёмом: из V позиции; coupe-шаг; pas glissade.		3		
Grand pas emboite.		3		
Temps glisses (скользящее движение вперед и назад на demi-plie) в позах I и III arabesques.		6		
Tour en l'air		2		Текущий контроль
ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ	4	66	70	
Теория дисциплины.			4	Текущий контроль
Бытовые танцы эпохи Возрождения. Танцевальная культура эпохи Возрождения.	4			Текущий контроль
Экзерсис на середине зала			66	Промежуточный контроль
Реверансы и поклоны XVI века, XVII века.		6		Текущий контроль
Аллеманда.		6		Текущий контроль
Менуэт.		3		Текущий контроль

Бытовые танцы XVIII века. Танцевальная культура XVIII века.	3			Текущий контроль
Реверансы и поклоны XVIII века.		6		Педагогическое наблюдение
Скорый менуэт XVIII века.		6		Педагогическое наблюдение
Полонез XVIII века.		6		Текущий контроль
Бытовые танцы XIX века. Танцевальная культура XIX века.	3			Текущий контроль
Реверансы и поклоны XIX века.		3		Промежуточный контроль
Вальс «Алеман».		6		Тематический контроль
Мазурка.		6		Текущий контроль
Полька.		6		Промежуточный контроль
Миньон.		6		Текущий контроль
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	3	87	90	
Теория дисциплины			3	Текущий контроль
Методика исполнения элементов экзерсиса.	3			Промежуточный контроль
Экзерсис у станка			21	Тематический контроль
Flic – flac со скачком и переступанием. Опускание на оба колена.		3		Текущий контроль
Опускание на подъем и переходом с одной ноги на другую. «Веер» на воздух.		3		Промежуточный контроль
Battement jete – baalancoir.		3		
Fondu на 90.		3		Текущий контроль
Battement developpe с опусканием пятки опорной ноги (с ударом)		3		
Grand battement jete (с подниманием на п/п опорной ноги).		6		
Экзерсис на середине зала			21	
Комбинация «верёвочка».		3		Текущий контроль
Дробные комбинации.		6		
Комбинация «моталочка».		3		Текущий контроль
Комбинация «ковырялочка».		3		Текущий контроль
Танцевальные комбинации на проученном материале.		6		Промежуточный контроль

Вращения на середине зала			21	Текущий контроль
Сочетания вращений plie-retere с вращением двойное вращение на каблучках).		6		Текущий контроль
Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.		6		Текущий контроль
Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 90 градусов подъем сокращен.		6		Текущий контроль
Вращения с использованием движений из национальных танцев.		3		Педагогическое наблюдение
Вращения по диагонали зала			24	Педагогическое наблюдение
Shaine: -shaine в сочетании с шагом на полупальцы рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотом; -То же, с двойным вращением – 2 полугодие; -Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.		6		Текущий контроль
Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 90 градусов.		6		Текущий контроль
Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.		6		Промежуточный контроль
Вращения в характере пройденных национальных танцев.		6		Тематический контроль
СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	3	27	30	
Теория дисциплины			3	
Знакомство с целями и задачами четвертого года обучения.	3			Тематический контроль
Экзерсис на середине зала			27	
Разминка.		3		Текущий контроль
Танцевальные движения по диагонали (кроссы).		3		Текущий контроль
Современная хореография.		3		Промежуточный контроль
Танцевальная импровизация.		3		Тематический

				контроль
Репетиционная работа.		15		Текущий контроль
ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА	4	26	30	
Теория дисциплины			4	
Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	4			Текущий контроль
Экзерсис на середине зала			26	
Изучение танцевальных движений		3		Текущий контроль
Соединение движений в танцевальные композиции		3		Промежуточный контроль
Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах		3		Текущий контроль
Посещение концертов творческих коллективов города и области		15		Тематический контроль
Итоговое занятие		2	2	Итоговый контроль
Концертная деятельность		12	12	Итоговый контроль
Итого часов	26	298	324	

1.3.2 Содержание учебного плана

Содержание учебного плана 1 года обучения.

Введение в программу

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Гимнастика. Классический танец. Народно-Сценический танец. Эстрадный танец. Концертная деятельность.».

ГИМНАСТИКА

1. Теория дисциплины.

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.

2. Практика. Элементы партерной гимнастики.

Практика.

- Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»
- Упражнения, развивающие подъем стопы:
- Разворот стопы из VI позиции в I позицию
- Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик»
- Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг» «Уголок»
- Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена»

-Упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях «Солнышко»

-Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

«Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный

-Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

-Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый годом обучения) музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.

-Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускорение разведение рук в стороны:

- подъёмы рук вперёд на высоту 90°
- отведение рук назад;
- подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд– вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

-Упражнения на развитие поясничного пояса

- перегибы корпуса назад;
- повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
- круговые движения корпуса.

-Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
- отведение ноги назад на носок с полуприседанием.

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.

1.Теория дисциплины.

Отличительные черты русского классического балета и его школы.

2. Практика. Экзерсис у станка

1. Grands plies с port de bras (без работы корпуса).
2. Battements tendus pour batterie.
3. Rond de jambe на 45 градусов en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plie.
4. Battements fondus с plie-releve и demi-rond на 45 градусов.
5. Battements soutenus на 90 градусов en face и в позах.
6. Battements frappes с releve на полупальцы.
7. Battements doubles frappes с releve на полупальцы.
8. Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на полупальцы.
9. Pas tombe с продвижением и окончанием носком в пол, sur le cou-de-pied и на 45 градусов.
10. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием на demi-plie.
11. Battements releves lents и battements developpes:
с подъемом на полупальцы и полупальцах;
на demi-plie.
12. Grand rond de jambe на 90 градусов en dehors и en dedans en face.
13. Grands battements jetes passe par terre с окончанием на носок вперёд и назад.
14. Полуповороты на одной ноге на полупальцах en dehors и en dedans
(работающая нога
в положении sur le cou-de-pied) с приёма pas tombe.
15. Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors и en dedans с V позиции.

Середина зала

1. Grands plies с port de bras (без работы корпуса).
2. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans на 1/8 , 1/4 круга.
3. Battements fondus с plie releve и demi-rond на 45 градусов en face на всей стопе.
4. Battements doubles fondus в пол и на 45 градусов во всех направления и позах.
5. Battements doubles frappes:
 - с releve на полупальцы;
 - с окончанием в demi-plie en face и в позы.
6. Pas tombe с продвижением и окончанием sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45 градусов.
7. Поза IV arabesque на 90 градусов.
8. Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans en face и из позы в позу.
9. Grands battements jetes в позе IV arabesque.
10. 3-е port de bras с demi-plie на опорной ноге.
11. 6-е port de bras.
12. Pas de bourree dessus-dessous en face.
13. Pas de bourree ballotée на effacée и croisée носком в пол и на 45 градусов.
14. Pas glissade en tournant с продвижением в сторону по полному повороту.

Allegro

1. Temps saute no V позиции с продвижением вперед, в сторону и назад.
2. Changement de pieds с продвижением вперёд, в сторону и назад.
3. Pas echappe battu.
4. Sissonne ouverte par developpe на 45 градусов в позах.

5. Pas echappe на II позицию en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.
6. Pas assemble с продвижением en face и в позах.
7. Pas jete с продвижением во всех направлениях с ногой в положении sur le cou-de-pied.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1. Теория дисциплины.

Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

2. Практика. Экзерсис у станка

1. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortillé (развороты стоп).
4. Battemets tendus jetés (маленькие броски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя).
6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.
8. Большое каблучное.
9. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).

Экзерсис на середине зала

1. «Праздничный поклон».
2. Припадания накрест (быстрое).
3. Ускоренная «гармошечка» (без plie) вокруг себя.
4. Простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах.
5. «Моталочка» с поворотом.
6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке.
8. Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.

Вращения на середине зала

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
3. Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.
4. Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.
5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

1. Shaine: - shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie; - -

shaine в сочетании с вращением на каблучок; то же с двойным вращением – 2 полугодие;

2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов – 1 полугодие и 90 градусов – 2 полугодие.

3. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).

Вращения по кругу зала

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах. Вращения в характере изученных национальных танцев.

ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

1. Теория дисциплины.

Введение в эстрадный танец.

2. Практика. Танцевально-разминочный комплекс.

-Изучение базовых шагов и разучивание не сложных танцевальных движений и связок.

-Танцевально-разминочный комплекс. Разучивание и выполнение несложных танцевальных связок с использованием шагов, подскоков, прыжков, простых передвижений.

-Музыкальная азбука - средства музыкальной выразительности, понятие ритма, темпа, музыкального такта, динамики, характера музыки. Умение слушать и понимать музыку.

КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1. Практика. Участие в концертах, конкурсах районного, городского, всероссийского и международного уровня, выступление на различных мероприятиях с показательными номерами.

Итоговое занятие.

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения.

Содержание «Классический танец. Народно-сценический танец. Эстрадный танец. Работа над репертуаром. Концертная деятельность»

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1. Теория.

Французские термины в классическом танце.

2. Практика. Экзерсис у станка.

1. Battements fondus на 90 градусов en face на всей стопе и полупальцах.

2. Battements doubles frappes с поворотом на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.
3. Flic-flac en dehors и en dedans
4. Grand rond de jambe jete en dehors и en dedans en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота.
5. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с releve и plie-releve на полупальцы.
6. Battements releves lents и battements developpes с demi-plie и переходом с ноги на ногу.
7. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe developpe из позы в позу.
8. Grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на всей стопе.
9. Поворот fouette en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга с ногой, поднятой вперед или назад на 45 градусов на полупальцах и с demi-plie.
10. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная во всех направлениях на 45 градусов.
11. Pirouettes en dehors и en dedans из V позиции.

Середина зала.

1. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.
 2. Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круг.
 3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круга.
 4. Battements fondus на полупальцах en face и в позах.
 5. Battements soutenus на 45 градусов en face и в маленьких позах на полупальцах.
 6. Battements frappes и battements doubles frappes en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круга носком в пол и на 30 градусов.
 7. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.
 8. Flic-flac на всей стопе, с подъемом на полупальцы и с окончанием в позы на demi-plie.
 9. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plie.
 10. Battements releves lents и battements developpes с demi-plie и с переходом с ноги на ногу en face и в позы.
 11. Temps lie на 90 градусов с переходом на всю стопу.
 12. Grands battements jetes passe par terre с окончанием на носок вперед или назад en face и в позах.
 13. Pas de bourree ballote на 45 градусов en tournant.
 14. Pas de bourree en tournant с переменной ног en dehors и en dedans.
 15. Pirouette en dehors и en dedans из V и IV позиций с окончанием в V позицию.
 16. Pas glissade en tournant по диагонали (2-4).
 17. Pirouettes en dedans с coupe-шага по диагонали (pirouettes - piques) 4-8.
- ### **Allegro**
1. Pas echange на IV позицию на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
 2. Pas assemble с продвижением с приёмов pas glissade и coupe-шаг.
 3. Pas de chat с броском ног назад.
 4. Pas jete во всех направлениях с ногой, поднятой на 45 градусов.
 5. Pas ballonee во всех направлениях en face и позах на месте и с продвижением.
 6. Temps lie sauté.
 7. Grande sissonne ouverte во всех позах без продвижения.
 8. Royale.

ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

1. Теория.

Теория дисциплины

Введение в эстрадный танец.

2. Практика. Экзерсис на середине.

Танцевально-аэробный блок.

Разучивание базового комплекса, отработка техники исполнения, передвижение, перестроение, сложные координационные упражнения руками. Составление самостоятельно базового комплекса и проведение его с группой.

Танцевально-разминочный комплекс включает в себя изучение современных эстрадно-танцевальных стилей - Street-jam, Jass-modern, Hip-hop и народных стилей - Русский, ирландский, восточный, латино американский, испанский.

Музыкальная азбука - умение двигаться свободно под любую музыку.

Чувство ритма, музыкального рисунка.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1. Теория.

Термины в народно-сценическом танце.

2. Практика. Экзерсис у станка.

1. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).

2. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .

3. Pas tortillé (развороты стоп).

4. Battemets tendus jetés (маленькие броски).

5. Flic-flac (мазок к себе от себя) на материале цыганского танца.

6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

7. Большое каблучное.

8. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).

9. «Веревочка».

10. Battment développé .

11. Дробные выстукивания.

12. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Практика. Экзерсис на середине зала.

1. Поклон в выбранном национальном характере.

2. Ускоренная «гармошечка» (без plie) в сочетании с degaje.

3. «Веревочки»:

— простая, с подскоком на одной ноге, другая — на щиколотке впереди, исполняются развороты бедра;

— простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;

— двойная, аналогично исполнению простой — 2 полугодие;

— три веревочки и подскок с поджатыми ногами;

— в сочетании со всевозможными приемами поворотов;

— на основе национального характера.

4. «Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.

5. Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

6. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

7. Ход с подбивкой и продвижением вперед.

8. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.

9. Шаг-бег с наклоном в корпусе.

10. Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).

11. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).

Практика. Вращения на середине зала.

1. Сочетания вращений plie-retere с вращением двойное вращение на каблучках).

plie-каблучки (с выходом на

2. Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.

3. Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45 градусов, подъем сокращен –

1 полугодие, на 90 градусов – второе полугодие.

4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.

5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Практика. Вращения по диагонали зала.

1.Shaine:

- shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie;

- shaine в сочетании с вращением на каблук; то же с двойным вращением – 2 полугодие;

2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и

grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов – 1 полугодие и 90 градусов – 2 полугодие.

3. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).

4. Вращения в характере пройденных национальных танцев.

5. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Практика. Вращения по кругу зала.

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала. Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах. Вращения в характере изученных национальных танцев.

ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Введение в эстрадный танец.

2.Практика.

Танцевально-аэробный блок.

Разучивание базового комплекса, отработка техники исполнения, передвижение, перестроение, сложные координационные упражнения руками. Составление самостоятельно базового комплекса и проведение его с группой.

Танцевально-разминочный комплекс включает в себя изучение современных эстрадно-танцевальных стилей - Street-jam, Jass-modern, Hip-hop и народных стилей - Русский, ирландский, восточный, латино-американский, испанский.

Музыкальная азбука - умение двигаться свободно под любую музыку.

Чувство ритма, музыкального рисунка.

РАБОТА НАД РЕПЕРТУАРОМ

1.Практика.

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения
10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений
11. Выразительность и эмоциональность исполнения

Посещение концертов с последующим анализом просмотренного, использование для детального разбора видеоматериалов. Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений.

Итоговое занятие

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.Практика

Участие в концертах, конкурсах районного, городского, всероссийского и международного уровня, выступление на различных мероприятиях с показательными номерами.

Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения.

Вводное занятие

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара»

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Основы сочинения комбинаций (вспомогательных упражнений), основанных на игровых и танцевальных элементах.

«Классический танец» в системе обучения хореографии, его взаимовлияние и дополнение к преподаванию других дисциплин.

2.Практика. Экзерсис у станка.

1. Battements fondus на 90 градусов на полупальцах в позах.
2. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45 градусов en face.
3. Battements releves lents и battements developpes:
 - с plie-releve en face и в позах;
 - tombes с окончанием носком в пол.
4. Grands battements jetes:
 - на полупальцах;
 - grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на полупальцах;
 - через passé на 90 градусов.
5. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90 градусов и больших поз.
6. Pirouette en dehors и en dedans начиная с открытой ноги в сторону на 45 градусов.
7. Pirouette en dehors и en dedans с temps releve.

Практика. Экзерсис на середине зала.

1. Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.
2. Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.
3. Battements soutenus на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.
4. Petits pas jetes en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.
5. Tour lent en dehors и en dedans на ¼ поворота в больших позах.
6. Grands battements jetes через passé на 90 градусов.
7. Pirouette en dehors и en dedans из V, IV и II позиций с окончанием в V, IV позиции – 2 pirouettes.
8. Pirouette en dehors из V позиции по одному подряд (2-4).
9. Pas glissade en tournant по диагонали (6-8).
10. Tours chaines (4-8).

Практика. Allegro.

1. Pas echange battu с окончанием на одну ногу.
2. Pas assemble battu.
3. Pas jete с продвижением с ногой, поднятой на 45 градусов во всех направлениях и позах и с приемов pas glissade, pas coupe, coupe-шаг.
4. Sissonne ouverte на 45 градусов в маленьких позах с продвижением.

- 5. Temps leve с ногой, поднятой на 45 градусов во всех направлениях и позах.
- 6. Grand pas assemble в сторону и вперед с приёмов
 - из V позиции;
 - coupe-шаг;
 - pas glissade.
- 7. Grand pas emboite.

ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

История бытового танца. История возникновения сытового танца в России. Выдающиеся балетмейстеры. Краткий обзор литературы по дисциплине.

2.Практика. Экзерсис на середине зала.

Основные элементы историко-бытового танца:

- реверансы и поклоны;
- скользящий шаг (pas glisse);
- повышенный шаг (pas eleve);
- pas degage;
- pass chasse;
- формы chasse (первая форма А, вторая форма А, вторая форма В, третья форма А, третья форма В, четвертая форма А, четвертая форма В);
- double - chasse;
- комбинированные движения из chasse и реверанса (для учениц);
- комбинированные движения из chasse и поклонов (для учеников);
- balance (боковое);
- комбинированное движение из balance и реверанса (поклона);
- па полонеза;
- па польки (вперед, назад, боковое);
- па галопа;
- вальс в три па;
- вальс-миньон;
- pas de basque с продвижением вперед, назад.

Бытовые танцы Средних веков. Танцевальная культура Средневековья.

- Танцы раннего Средневековья. Структура построения. Музыкальное сопровождение.
- Танца позднего Средневековья. Структура построения. Музыкальное сопровождение.
- Народные танцы.
- Придворные танцы.
- Костюм раннего Средневековья (мужской, женский).
- Костюм позднего Средневековья (мужской, женский).
- Бранль - как самый распространенный танец средних веков, его роль в развитии бальной хореографии.

Реверансы и поклоны Средневековья.

- Основные положения рук дамы, манера держать платье, постановка корпуса.
- Основные положения рук кавалера, постановка корпуса.
- Основные положения рук и корпуса дамы и кавалера в паре.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.

2.Практика. Экзерсис у станка.

- 1.Demi – plies и grand – plies по всем выворотным позициям (с переходом из позиции в позицию через поворот стоп).
- 2.Battements tendus по V выворотной позиции.
- 3.Battements tendu jete одной рукой за палку с пурлипые, et demi plie (по 5-ой выворотной позиции).
- 4.«Каблучное» - маленькое с одним ударом.
- 5.Grand – battements (основной вид).
- 6.Перегибы корпуса на всей стопе (1-я позиция ног. лицом к станку).

Экзерсис на середине зала.

- 1.Дробные ходы и дроби.
- 2.«Веребочка» с переступанием и выносом ноги на каблук.
- 3.«Маятник».
- 4.«Моталочка в повороте».
- 5.«Метёлочка».
- 6.Усложнение пройденных элементов

Вращения на середине зала.

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
3. Вращение по 2 позиции неыворотно, стремительно.
4. Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.

Вращения по диагонали зала.

- 1.Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 90 градусов.
- 2.Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
- 3.Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.
4. Вращения в характере пройденных национальных танцев.

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Знакомство с целями и задачами третьего года обучения.

2.Практика. Экзерсис на середине зала.

Соединение движений в комбинации различными связками. Изучаются шаги ("кроссы"), прыжки (Jamb), вращения (Pivot turn, walking turn). Исполнение различных комбинаций в стилях танца джаз-модерн и танца hip – hop.

1.Разогрев. Упражнения stretch характера. Растягивание.

2.Разогрев. Использование в разогреве движений классического экзерсиса.

3.Изоляция. Голова: Zundari-квадрат, Zundari-круг

4.Изоляция. Плечи: Twist, Шейк

5.Изоляция. Грудная клетка и пелвис.

6.Изоляция. Руки и ноги.

7.Танцевальная импровизация.

8.Координация голова – крест, в оппозицию движение пелвиса, движение головы вперед-назад, одновременно battement tendu, Shugar leg в координации с шейком кистей, боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук

9.Deep body bends.

10.Положение contraction и release.

11.Глубокие наклоны в положение hinge (хинч).

12.Body roll вперед и в сторону.

13.Кросс. Шаги.

14.Кросс. Прыжки.

15.Кросс. Вращения.

16.Комбинации.

ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА

1.Теория.

Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке

2.Практика. Экзерсис на середине зала.

1.Создание сценического образа

2.Изучение танцевальных движений

3.Соединение движений в танцевальные композиции

4.Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

5.Отработка элементов

6.Работа над музыкальностью

7.Развитие пластичности

8.Работа над техникой танца

9.Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

10.Посещение концертов творческих коллективов города и области

Итоговое занятие.

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

Концертная деятельность.

Практика. Участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

Содержание учебно-тематического плана 4 года обучения.

Вводное занятие

Теория. Определение планов на учебный год. Правила техники безопасности.

Содержание «Классический танец. Историко-бытовой танец. Народно-сценический танец. Современный танец. Подготовка репертуара»

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1. Теория.

Выворотность, как основное требование при выполнении движений. Анатомические предпосылки выворотности, ее развитие и эстетические функции.

Значение и функции головы в технике и пластике движений классического танца.

2. Практика. Экзерсис у станка.

1. Battements fondus на 90 градусов на полупальцах в позах.
2. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45 градусов en face.
3. Battements releves lents и battements developpes:
 - с plie-releve en face и в позах;
 - tombes с окончанием носком в пол.
4. Grands battements jetes:
 - на полупальцах;
 - grand battements jetes developpes («мягкие» battements) на полупальцах;
 - через passé на 90 градусов.
5. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90 градусов и больших поз.
6. Pirouette en dehors и en dedans начиная с открытой ноги в сторону на 45 градусов.
7. Pirouette en dehors и en dedans с temps releve.

Практика. Экзерсис на середине зала.

1. Battements tendus jetes en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.
2. Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/4 и 1/2 круга.
3. Battements soutenus на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.
4. Petits pas jetes en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.
5. Tour lent en dehors и en dedans на 1/4 поворота в больших позах.
6. Grands battements jetes через passé на 90 градусов.
7. Pirouette en dehors и en dedans из V, IV и II позиций с окончанием в V, IV позиции – 2 pirouettes.
8. Pirouette en dehors из V позиции по одному подряд (2-4).
9. Pas glissade en tournant по диагонали (6-8).
10. Tours chaines (4-8).

Практика. Allegro.

1. Grand pas assemble в сторону и вперед с приёмом:
 - из V позиции;
 - coupe-шаг;

-pas glissade.

2. Grand pas emboite.

3. Temps glisses (скользящее движение вперед и назад на demi-plie) в позах I и III arabesques.

4. Tour en l'air

ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ

1. Теория.

Бытовые танцы эпохи Возрождения.

Танцевальная культура эпохи Возрождения.

Зарождение культуры Ренессанса в свободных городах Италии. Распространение театральных представлений, уличных праздников, карнавалов. Возникновение новых танцевальных форм - променадные танцы. Поклоны и реверансы. Павана - как один из распространенных танцев эпохи Возрождения. Аллеманда - как массовый танец. Костюм кавалера и дамы.

2. Практика. Экзерсис на середине зала.

Реверансы и поклоны XVI века, XVII века.

1. Основные положения рук дамы, манера держать платье, постановка корпуса.

2. Основные положения рук кавалера, постановка корпуса.

3. Основные положения рук и корпуса дамы и кавалера в паре.

4. Реверансы дамы.

5. Большой салют - поклон кавалера.

6. Малый поклон кавалера.

Аллеманда.

2. Основные шаги Аллеманды.

3. Постановка корпуса, расположение танцующих на площадке.

-Вступление;

-Первая фигура;

-Вторая фигура;

-Третья фигура;

-Четвертая фигура.

Менуэт.

-Основной шаг менуэта XVII века (pas menuet);

-Второй шаг (pas menuet) (два такта по 3Л);

-Разновидность второго шага;

-Balance вправо;

-Pas grave;

-Balance-menuet;

-Первая фигура;

-Вторая фигура;

-Третья фигура;

-Четвертая фигура;

-Финал.

Бытовые танцы XVIII века. Танцевальная культура XVIII века.

XVIII век - процесс совершенствования и развития ранее существовавших танцев. Популярность Гавота и Скорого Менуэта. Стилиевые особенности танцев XVIII века. Роль Новера в «превращении» балетного спектакля в самостоятельный театральный жанр. Появление новых форм бытового танца. Роль народного танцевального искусства в обогащении профессиональной хореографии. Смена парных танцев - массовыми. Костюм кавалера и дамы.

Реверансы и поклоны XVIII века.

1. Основные положения рук дамы, постановка корпуса.
2. Основные положения рук кавалера, постановка корпуса.
3. Основные положения рук и корпуса дамы и кавалера в паре.
4. Реверансы дамы и кавалера.

Скорый менуэт XVIII века.

- Положения в паре;
- Первая фигура;
- Вторая фигура;
- Третья фигура;
- Четвертая фигура;
- Пятая фигура.

Композиция танца.

Полонез XVIII века.

- Основной шаг;
- Положения в паре;
- Вступление;
- Фигура первая;
- Фигура вторая;
- Фигура третья;
- Chaîne;
- Moulinet;
- Фигура четвертая.

Композиция танца.

Бытовые танцы XIX века. Танцевальная культура XIX века.

XIX век - эпоха Вальса. Входят в жизнь общественные балы.

Появление бал-маскарадов. Костюмы кавалера и дамы. Организация специальных танцевальных классов в Европе.

Россия как один из самых крупных хореографических центров Европы.

Огромный успех таких танцев XIX века как Мазурка и Полька. Изменения в технике бытовых и бальных танцев, упрощение поклонов.

Реверансы и поклоны XIX века.

1. Манера носить платье, держать руки.
2. Постановка корпуса.

- 3.Поклон кавалера.
- 4.Приветственный реверанс.
- 5.Танцевальный реверанс.

Вальс «Алеман».

- Основные движения;
- Основные положения рук;
- Положение между партнерами;
- Первая фигура;
- Вторая фигура;
- Третья фигура;
- Четвертая фигура;
- Пятая фигура.

Мазурка.

- Pas gala (парадное па);
- Pas couru (легкий бег);
- Второй вид pas couru;
- Pas boiteux (хромой шаг);
- Pas boiteux en tournant или tour sur place;
- Закрытый поворот;
- Открытый поворот;
- Coup de talon (голубец);
- Pas coupe.

Фигуры бальной мазурки:

- Первая фигура;
- Вторая фигура;
- Третья фигура («Звездочка»);
- Четвертая фигура («Коленопреклонение»);
- Пятая фигура («Восьмерка»);
- Шестая фигура («Дама налево»).

Полька-мазурка:

- Фигура первая;
- Фигура вторая;
- Фигура третья;
- Фигура четвертая.

Для отработки танцевальной композиции по желанию преподавателя на выбор фигуры бальной мазурки или Польки-Мазурки.

Полька.

Комбинированная полька:

- Первая фигура;
- Вторая фигура;
- Третья фигура.

Миньон.

Исходное положение.

Основные па:

-pas balance;

-дорожка;

-вальс-миньон;

Композиция танца.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Методика исполнения элементов экзерсиса.

2.Практика. Экзерсис у станка.

1.Flic – flas со скачком и переступанием.

2.Опускание на оба колена.

3.Опускание на подъем и переходом с одной ноги на другую.

4.«Веер» на воздух.

5.Battement jete – baalancoir.

6.Fondu на 90.

7.Battement developpe с опусканием пятки опорной ноги (с ударом)

8.Grand battement jete (с подниманием на п/п опорной ноги).

Экзерсис на середине зала.

1.Комбинация «верёвочка».

2.Дробные комбинации.

3.Комбинация «моталочка».

4.Комбинация «ковырялочка».

5.Танцевальные комбинации на проученном материале.

Вращения на середине зала.

1.Сочетания вращений plie-retere с вращением двойное вращение на каблучках).

2.Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.

3.Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 90 градусов подъем сокращен.

4.Вращения с использованием движений из национальных танцев.

Вращения по диагонали зала.

1.Shaine:

-shaine в сочетании с шагом на полупальцы рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотно;

-То же, с двойным вращением – 2 полугодие;

-Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.

2.Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 90 градусов.

3.Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведении ноги в сторону и назад.

4.Вращения в характере пройденных национальных танцев.

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

1.Теория.

Знакомство с целями и задачами четвертого года обучения. Последовательность построения комбинаций в стиле джаз — модерн и hip hop на середине.

2.Практика. Экзерсис на середине зала.

Исполнение комплекса упражнений у станка в стиле джаз модерн. Исполнение различных комбинаций в стилях танца джаз — модерн и танца hip - hop на середине.

1.Разминка.

2.Танцевальные движения по диагонали (кроссы).

3.Современная хореография.

4.Танцевальная импровизация.

5.Репетиционная работа.

ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА

1.Теория.

Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

2.Практика. Экзерсис на середине зала.

1.Изучение танцевальных движений

2.Соединение движений в танцевальные композиции

3.Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

4.Посещение концертов творческих коллективов города и области

Итоговое занятие.

Практика. Работа по закреплению изученного материала. Открытое занятие. Подведение итогов года.

Концертная деятельность.

Практика. Участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 год обучения

- знать основы техники безопасности на учебных занятиях;
- проявлять интерес к танцу;
- иметь потребность в коллективной творческой деятельности;
- иметь представление о хореографическом искусстве;
- иметь навык владения простыми элементами танца;
- иметь навык в постановке корпуса, рук, ног и головы;
- знать начальные термины хореографии (Preparation, Port de bras, demi и grand plies, battements tendus);

2 год обучения

- уметь использовать полученные знания в практической деятельности;

- иметь навыки репетиционно-концертной работы в коллективной творческой деятельности, их практическое применение;
- иметь навык исполнения упражнения в соответствии с методикой и музыкальным сопровождением;
- иметь навык координации движений, гибкости, работы над стопой, выносливости, ритмичности;
- знать хореографические термины (Battements jete, «веревочка» и т.д.);
- уметь чётко ориентироваться на сцене и в классе;
- знать основные рисунки танца;
- иметь понятие об этюдной работе.

3 год обучения

- иметь мотивацию дальнейшего творческого роста;
- проявлять дисциплинированность;
- уметь танцевать в ансамбле;
- знать основные термины и последовательность движений народно-сценического танца у станка;
 - владеть методикой исполнения движений;
 - уметь выразительно исполнять port de bra и другие движения в различных характерах народно-сценического танца.

4 год обучения

- иметь потребность в коллективной деятельности;
- иметь внутреннюю мотивацию к учебной деятельности;
- уметь правильно оценивать увиденный художественный результат;
- уметь использовать полученные знания в практической деятельности;
- уметь более точно исполнять упражнения в соответствии с методикой и музыкальным материалом;
- уметь вращать на середине и по диагонали (в женском классе);

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

Форма «Календарный учебный график» размещена в Приложении.

2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.2.1 Материально-техническое обеспечение

Необходимые условия реализации программы:

- Материально-техническое обеспечение;
- музыкальный зал;
- музыкальный центр;
- компьютер;
- Записи фонограмм в режиме «+» и «-»;
- Медиатехника;
- Зеркало;
- Шумовые инструменты (палочки, ложки, самодельные инструменты из бросового материала);
- подборка репертуара;
- Информационные ресурсы:
- Записи аудио, видео
- Записи выступлений, концертов.

2.2.2 Кадровое обеспечение программы

Занятия проводит педагог дополнительного образования, имеющий хореографическое образование, владеющий основами методики обучения хореографическому искусству, широким спектром профессиональных компетенций. Педагог, работающий по данной программе, должен проявлять знание сценического мастерства, умение подбирать материал для занятий и комбинировать его, последовательно вводя в танцевальные эпизоды элементы актерской подачи и стилистической отделки, а также обладает личностно-профессиональными качествами, позволяющими успешно работать с данной возрастной категорией.

2.3 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При работе над танцевальными движениями и танцевальным репертуаром одной из основных задач является развитие танцевальной выразительности, артистизма. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения – это результат не механического «натаскивания», а систематическая работа преподавателя с учеником. Предлагая простые задания, связанные с передачей

характера музыки, её динамических оттенков в двигательно- ритмических упражнениях, преподаватель переходит затем к более сложным, передающим стиль, манеру исполнения и характер танцев. На определённом этапе обучения преподаватель подводит учащихся к возможности импровизации. Под непосредственным воздействием музыки обучающиеся сами придумывают движения или короткие этюды. Задача преподавателя - обратить внимание учащегося на особенности предложенного музыкального примера, его образность, музыкальное строение. Проявление творческого начала, исполнение непринуждённого движения, так, как подсказывает музыка – положительный результат импровизационной работы на уроке.

Урок является основной формой учебного процесса. Урок характеризуется единством дидактической цели, объединяющей содержание деятельности преподавателя и учащихся, определённой структурой, диктуемой каждый раз конкретными условиями и закономерностями усвоения учебного материала. Как часть учебного процесса урок может содержать:

- организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации;
- овладение навыками (на основе усвоенной информации) и опытом творческой деятельности;
- усвоение системы норм и опыта эмоционального отношения к миру и деятельности в нём;
- контроль и самоконтроль преподавателя и учащихся.

При организации и проведении занятий необходимо придерживаться следующих принципов:

Методические принципы реализации программы:

Реализация данной программы базируется на следующих принципах:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий).
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей.

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения в хореографическом ансамбле границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Вид работы:

1. Знакомство с историей хореографического искусства.
 2. Беседа об особенностях занятий.
 3. Знакомство с классическим и современным искусством (просмотр видеозаписи, музыкального материала).
 4. Работа над развитием образной памяти.
 5. Учебные занятия по владению элементами сценического движения.
- Работа над выразительностью и синхронностью в движении, над гибкостью тела, пластикой движения.
6. Контактная импровизация.
 7. Работа над созданием танцевальной программы. Распределения ролей в танцевальных номерах.
 8. Выступления, обсуждение программы. Взаимодействие с семьёй, проведения творческих мероприятий.
 9. Индивидуальная работа с учащимися.
 10. Методическая помощь школам.

Методы работы;

1. Методы формирования познания;
 - 1.1. Словесные:
 - Объяснение
 - Беседа
 - Рассказ
 - Инструктаж
 - 1.2. Наглядные;
 - Показ движения
 - Демонстрация рисунков, иллюстраций, фильмов.
 - 1.3. Самообразование.
2. Методы формирования опыта поведения;
 - 2.1. Упражнения или тренировка.
 - 2.2. Приучения (напоминание).
 - 2.3. Педагогическое требование.
 - 2.4. Общественное мнение.
 - 2.5. Поручение.
 - 2.6. Воспитательная ситуация.
3. Методы стимулирования.
 - 3.1. Поощрение.
 - 3.2. Соревнование.
 - 3.3. Манипулирование.

Принципы работы;

1. Природосообразности.
2. Культуросообразности.
3. Индивидуально – личностного подхода.
4. Коллективизма

5. Наглядность.

6. Креативность (творчества)

2.4 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Аттестация по программе «Академия танца» предусматривает проведение творческого отчета, включающего показательные выступления учащихся, раскрывающие их творческие способности и уровень мастерства. Мероприятие организуется в виде концерта, где участники демонстрируют приобретённые знания и умения, исполняя подготовленные танцевальные композиции.

2.5 ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ)

Критерии	Показатели	Индикаторы	Число баллов	Методы диагностики
Теоретическая подготовка				
Уровень теоретических знаний по основным разделам учебно-тематического плана программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	не усвоил теоретическое содержание программы;	0	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
		овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой;	1	
		объем усвоенных знаний составляет более 1/2,	2	
		освоил весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период	3	
Уровень владения специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	■ не употребляет специальные термины;	0	Наблюдение, собеседование
		■ знает отдельные специальные термины, но избегает их употреблять;	1	
		■ сочетает специальную терминологию с бытовой;	2	
		■ специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	3	

Практическая подготовка				
Уровень умений и навыков, предусмотренных программой (по основным разделам учебно-тематического плана)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> ■ не овладел умениями и навыками; ■ овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков; ■ объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2, ■ овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период 	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	
			2	
			3	
Уровень владения специальными предметами.	Отсутствие затруднений в использовании специальных предметов.	<ul style="list-style-type: none"> ■ не пользуется специальными предметами; ■ испытывает серьезные затруднения при работе с предметами; ■ работает с предметами с помощью педагога; ■ работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей 	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	
			2	
			3	
Уровень креативности	наличие творческого подхода при выполнении практических заданий	<ul style="list-style-type: none"> ■ начальный (элементарный) уровень развития креативности-ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога; ■ репродуктивный уровень - в основном, выполняет задания на основе образца; 	0	Наблюдение, контрольное задание
			1	

		<p>■ творческий уровень (I) — видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога;</p> <p>■ творческий уровень (II) - выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно.</p>	2	
			3	

Список литературы

Список литературы

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 624 с.
2. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 405с.
3. Гусев Г.П. Народный танец. Методика преподавания. – М.: Владос, 2007. – 608 с.
4. Есаулов И.Г., Есаулова К.А. Народно-сценический танец. – СПб.: Планета музыки, 2014. – 208 с.
5. Зарипов Р.С., Валяева Е.Р. Драматургия и композиция танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2015. – 768 с.
6. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1976. — 225 с.
7. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981. – 272 с.
8. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2007. – 344 с.
9. Матвеев В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. – СПб.: Планета музыки: Лань, 2010. – 256 с.
10. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы – М.: Тривола, 1995. – 360 с.
11. Столярченко Л.Д. Основы психологии – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 592 с.
12. Ткаченко Т.С. Народный танец. М.: Искусство, 1954. — 680 с.
13. Устинова Т. Русские танцы. – М.: Молодая гвардия, 1955. – 262 с.
14. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 544 с.

Список литературы для обучающихся

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 624 с.
2. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 405с.
3. Есаулов И.Г., Есаулова К.А. Народно-сценический танец. – СПб.: Планета музыки, 2014. – 208 с.
4. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1976. — 225 с.
5. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981. – 272 с.
6. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2007. – 344 с.
7. Ткаченко Т.С. Народный танец. М.: Искусство, 1954. — 680 с.
8. Устинова Т. Русские танцы. – М.: Молодая гвардия, 1955. – 262 с.
9. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 544 с.

[illegible]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350370965

Владелец Агалакова Ирина Владимировна

Действителен с 15.01.2026 по 15.01.2027