

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И
МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ г. КАЛУГИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ПОДРОСТКОВЫЙ ЦЕНТР «СОДРУЖЕСТВО»

Принята
на методическом совете
«27» августа 2021 г.

Протокол № 12
от «27» августа 2021 г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДЦ «Содружество»

[Handwritten signature]

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Возрастная категория – 4-16 лет

Срок реализации – 10 лет

Педагоги дополнительного образования:

Алексеева Наталья Игоревна

Семина Оксана Анатольевна

г. Калуга
2019 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография»
Автор программы	Алексеева Наталья Игоревна Семина Оксана Анатольевна
Должность автора	Педагоги дополнительного образования
Название объединения	«Хореография»
Учреждение, реализующее программу	МБОУДО «ДПЦ «Содружество»
Структурное подразделение учреждения, реализующее программу	ДПК «Фестивальный»
Адрес структурного подразделения учреждения, реализующего программу	Г. Калуга, ул. Рылеева, 34
Год разработки	2019 год
Вид программы	Модифицированная
Форма содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная программа
Срок реализации программы	Долгосрочная, 10 лет
Учебно-тематическое планирование	1 год обучения - 144 часа 2 год обучения - 216 часов 3 год обучения - 216 часов 4 год обучения - 216 часов 5 год обучения - 216 часов 6 год обучения - 216 часов 7 год обучения - 216 часов 8 год обучения - 216 часов 9 год обучения - 216 часов 10 год обучения - 216 часов
Уровень освоения программы	Общекультурный
Возрастная категория	4 – 16 лет
Направление и вид деятельности	Художественное, хореографическое искусство
Форма реализации	Очная стационарная)
Даты внесения изменений и дополнений в программу	Новая редакция 2021 г. Приложение № 2 от 01.06.2022 г. Приложение № 3 от 30.05.2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана в соответствии с Положением о дополнительных общеразвивающих программах муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-подростковый центр «Содружество».

Фундаментальным отличием данной образовательной программы хореографической студии от других образовательных программ, направленных на воспитание и развитие у детей танцевальной техники, является то, что обучение ведется не только на основе классической хореографии, а так же на основе специально разработанных методов: «Музыкального движения», основанного на развитии природного музыкально-двигательного рефлекса, «Гармоничной пластики», основанного на принципах дыхательности и целостности движения человеческого тела. Важнейшей частью этой программы является разучивание танцевальных движений в характере танцев разных народов, а также на основе современного танца.

Актуальность программы

Актуальность данной программы состоит в том, чтобы развить у детей координацию движения, музыкальный слух, танцевальность, эмоциональность, артистичность, чувство ансамбля, умение достойно держаться на сцене, привить им чувство прекрасного.

Основой для изучения хореографического искусства является классический, народный и современный танец, упражнения для позвоночника, уровни, кросс (передвижение в пространстве) комбинация или импровизация..

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры, воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение, вырабатывает академизм.

Народный танец направлен на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира, на приобретение основ исполнения народного танца. Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народным танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Современный танец можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента обучающихся, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого в разнообразных современных направлениях танца. 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.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получить дети в процессе обучения (методика исполнения и выразительности языка танца).

Новизна программы

Особенность программы в том, что она разработана для обучающихся общеобразовательной школы, которые сами стремятся научиться красиво танцевать. При этом дети не только разного возраста, но и имеют разные стартовые способности. В данных условиях программы - это механизм, который определяет содержание обучение хореографии школьников, методы работы педагога по формированию и

развитию танцевальных умений и навыков, приемы воспитания танцоров. Новизна программы в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование танцевальных навыков обучающихся, последовательности, сопровождающей систему практических занятий.

Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией развивают художественные способности детей, формируют эстетический вкус, улучшают физическое развитие и эмоциональное состояние детей, развивают трудолюбие, дисциплину и ответственность.

Цель программы: привить устойчивый интерес к хореографическому искусству, привить конкретные умения и навыки, выработать потребность в дальнейших занятиях и возможность профессиональной ориентации в будущем.

Задачи программы

Образовательные:

- формировать у детей музыкальность и музыкально-пластические навыки;
- обучить навыкам индивидуальной и коллективной деятельности;
- расширить знания детей о многообразии хореографических направлений;
- научить передавать эмоции хореографическими выразительными средствами.

Развивающие:

- развить физические данные: координацию, осанку, стопу, выворотность, гибкость, прыжок, музыкальность, танцевальный шаг;
- развить исполнительскую культуру с учетом возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей;
- развить работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности;
- развить эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки;
- развить технику исполнения;
- развить выносливость и силу;
- развить творческие способности, внимание, мышление, фантазию и воображение.

Воспитательные:

- воспитать у детей умение слушать, воспринимать материал данный педагогом;
- воспитать чувство стремления к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности и внимания;
- воспитать толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур;
- воспитать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать результатов своего творчества;
- воспитать общую музыкальную культуру;
- воспитать организаторские способности, чувство ответственности и коллективизма.

При решении воспитательных задач работа осуществляется следующими способами:

- участие в концертах, фестивалях, акциях и конкурсах;
- посещение выставок, концертов, музеев, кинотеатров и т. д.;
- участие в делах коллектива;
- участие в мероприятиях клуба;
- участие в субботниках;
- проведение тематических лекций, бесед, диспутов;
- проведение родительских собраний.

Вид и направленность программы

Данная программа является модифицированной и имеет художественную направленность на развитие вкуса, способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления. В основу положена типовая программа, разработанная другим автором, но измененная с

учетом особенностей образовательного учреждения, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания. Программа предусматривает демонстрацию достижений обучающихся, например отчётные концерты, выставки, выступления на соревнованиях, конкурсах, фестивалях и т.д.

На любом уровне обучения возможен дополнительный набор в группы, а также перевод из группы в группу, согласно решению педагога, исходя из уровня подготовки ребенка, физических данных, его потенциала и индивидуальных особенностей, а также с согласия родителя или законного представителя.

Особенности программы

Программа дана по годам обучения, в течении которых занимающимся следует усвоить определенный минимум умений, знаний, навыков, сведений по искусству танца.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

- элементы пластического танца;
- классический танец;
- народный танец;
- современный танец;
- танцевально-художественная работа.

Программа предусматривает преподавание материала по «восходящей спирали», то есть каждый год в определенных темах мы возвращаемся к пройденному на более высоком и сложном уровне.

Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения экстерном. И наоборот. Если не справляются, несмотря на все усилия и дополнительные занятия, возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья, часто пропускают занятия хореографией в связи с плохой успеваемостью в школе, то всегда есть возможность остаться на второй год и повторить год обучения. После освоения программы дети смогут продолжить занятия в коллективе, совершенствуя свое мастерство. А также могут продолжить обучение в других коллективах и студиях по современному танцу.

Программа предусматривает дистанционное обучение. Основным элементом системы дистанционного обучения является цифровой образовательный ресурс, разрабатываемый с учетом требований законодательства об образовании. В качестве основного информационного ресурса в дистанционном образовательном процессе используется страница в социальной сети <https://vk.com/fest40>. При использовании дистанционного обучения обучающийся имеет возможность получать консультации педагога дополнительного образования, выполнять домашние задания по соответствующей программе через электронную почту, используя для этого все возможные каналы выхода в интернет.

При обучении с применением дистанционных образовательных технологий используются следующие виды образовательной деятельности: лекции, консультации, практическое занятие, самостоятельная работа. Самостоятельная работа обучающихся может включать просмотр видеоматериалов, прослушивание аудиоматериалов, изучение печатных и других методических материалов.

Возраст обучающихся

Программа рассчитана на детей в возрасте от 4 до 16 лет. Форма занятий - групповые. Группы формируются по возрастным категориям и допускаются группы разновозрастного состава.

Особенности набора обучающихся

Набор и формирование групп происходит в начале учебного года с «запасом», так как в течение года происходит естественный отсев (смена места жительства, изменение интересов обучающегося, по семейным обстоятельствам и др. причинам). В студию принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий

хореографией, а все желающие заниматься танцами (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания). Так же допускается дополнительный набор обучающихся на второй, третий и последующие годы обучения. Прием происходит на основании результатов тестирования физических данных поступающего, его общего уровня развития и индивидуальных особенностей, а также имеющих определенную подготовку в направлении хореография (например, переход из другого коллектива). Таким образом, для вновь поступающего подбирается группа, в которую он может быть зачислен на любом этапе обучения, не только в самом начале учебного года, но и в середине года (т.е. именно в момент его прихода) при наличии мест в группах. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

Количество обучающихся в группах 1 года обучения – 12 человек и более.

Количество обучающихся в группах 2 – 6 годов обучения - 10 человек и более.

Количество обучающихся в группах 7 – 10 годов обучения - 8 человек и более.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 10 лет обучения:

- 1 год обучения - 144 часов в год.
- 2 - 10 год обучения - 216 часов в год.

Режим занятий

1 года обучения предусмотрено 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа),

2 – 10 годов обучения предусмотрено 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа).

Продолжительность занятий:

- у детей младшего дошкольного возраста 4-8 лет - 30 мин.
- у обучающихся возрастом от 8 лет и старше - 45 мин.

Формы обучения

- групповая форма;
- мелкогрупповая форма;
- ансамблевая (сводные репетиции)

Групповая форма - это занятия, в которых участвует вся группа. Руководитель и педагог непосредственно воздействует на всех детей, предоставляя возможность для творческого развития личности в коллективе. На групповых занятиях изучаются новые движения, массовые танцы.

Мелкогрупповая форма – это занятия, в которых участвует от 3 до 5 человек. Применяются для отработки конкретных движений, комбинаций, танцевальных номеров.

Ансамблевая форма. В группах 5-10 года обучения есть совместные постановочные номера. Участники из разных возрастных групп объединяются в одну, и проводится сводная репетиция, где происходит постановочно-репетиционная работа, отрабатывается совместный концертный номер.

Структура урока

Теоретическое занятие.

Объяснить правила исполнения движений, танцевальных элементов, характер исполнения номеров. Анализ конкурсных и концертных выступлений.

Практическое занятие.

Выполнение экзерсисов у станка и на середине зала, партерная гимнастика, постановочная работа, репетиции.

Ожидаемый результат

- освоение упражнений партерной гимнастики (работа стопы, выворотность, танцевальный шаг, гибкость, эластичность мышц и т. д.);
- освоение элементов классического танца (упражнения у станка и на середине зала, прыжковая часть);
- освоение объёма движений народного танца (шаги, ходы, притопы, дробные выстукивания и т. д.);

- освоение элементов пластического и современного танца (позиции ног и рук, шаги, вращения, прыжковые упражнения и т. д.);
- освоение пространства репетиционной и сценической площадки;
- выработка правильности и чистоты исполнения танцевального материала;
- обладать чувством коллективизма

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Для отслеживания образовательного процесса с целью выявления и оценивания его промежуточных результатов, факторов влияния на них, а также принятия и реализации управления решений по урегулированию и коррекции образовательного процесса проводится мониторинг. Цель мониторинговых исследований - диагностика обучения и развития воспитанников, результаты которых позволяют сделать выводы о качестве усвоения образовательного материала, развитии способностей, необходимости внесения изменений в организацию образовательного процесса

1 год обучения и для вновь поступающих старшего возраста

- первичный контроль (сентябрь);
- итоговый контроль (апрель - май).

2 - 10 год обучения

- итоговый контроль (апрель - май).

План мониторинга (Приложение 1)

Формы отслеживания результатов обучения:

- открытое занятие (проводится 1 раз в год);
- педагогический контроль;
- контрольный урок (проводится 1 раз в полугодие);
- концерт, показательное выступление;
- конкурсные выступления.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ЦНЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Музыкальное движение	45	15	30
Тема 1.1 Приемы музыкально-двигательной выразительности	15	5	10
Тема 1.2 Основные движения эмоционально-динамического характера	15	5	10
Тема 1.3 Музыкально-игровое творчество	15	5	10
Раздел 2. Элементы пластического танца	20	4	16
Тема 2.1 Основы пластики	10	2	8
Тема 2.2 Упражнения на вращение суставов	10	2	8
Раздел 3. Танцевально-художественная работа	45	18	27
Тема 3.1 Постановка	23	10	13
Тема 3.2 Репетиции	22	8	14
Раздел 4. Партерная гимнастика	20	6	14
Тема 4.1 Стретчинг	10	3	7
Тема 4.2 Силовые упражнения	10	3	7
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	6	3	3
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	144	48	96

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Музыкальное движение

Цель: развить умение детей естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

Музыкальное движение – это способ чувственно-телесного восприятия музыки, ее пластического анализа. Также музыкальное движение-это метод музыкального воспитания, личностного развития и обучения свободному танцу. Он одинаково пригоден как для детей, так и для взрослых. Для того чтобы разучивать и совершенствовать разнообразные виды движения нужно воспитать у детей основные технические навыки: умение двигаться с началом музыки, умение придавать движению нужную динамическую выразительность, умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части).

Тема 1.1 Приемы музыкально-двигательной выразительности

Теория: рассказать, что такое ритм, научить слышать сильную и слабую доли, научить правильно просчитывать музыку, объяснить и показать правильное исполнение движений, а так же научиться выполнять движения под музыку.

Практика:

- «Пружинки» - основное упражнение для ног. Развивает пружинное движение ног, как в коленном суставе, так и в ступне; усиливает и закрепляет эмоционально-двигательную реакцию на изменение силы звучания музыки.
- «Игра с мечом» - пружинное движение рук. Имитируя игру с мячом, дети упражняются в пружинном движении руки, совершенствуют работу кистей и пальцев. Дети овладевают тремя приемами движения - пружинным, маховым и плавным, дающими им в дальнейшем возможность сообщить движению характер и выразительность, свойственные разнообразным музыкально-двигательным образам.
- «Взлетайте, ленты!» - упражнение для рук, которое подготавливает к исполнению более сложных и сильных маховых движений (взмахов).
- «Мельница» (круговые махи). Осваивая эти упражнения, дети знакомятся с двумя музыкально-двигательными образами, близкими по форме, но разными по содержанию. А также развивают умение постепенно изменять динамическую напряженность движения.
- «Колка дров» - упражнение для корпуса, которое требует полного напряжения мышц. Прием махового движения используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.
- «Тугая резинка» - плавное полуприседание.
- «Поющие руки» - плавное движение рук, которое используются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.2 Основные движения эмоционально-динамического характера

Теория: рассказать какие бывают стили музыки (марш, вальс, народная и т. д.), объяснить, что исполнение движений зависит от темпа и стиля музыки, объяснить и показать правильное исполнение движений, разобрать какие образы и эмоции вызывает та или иная музыка и использовать эти эмоции во время исполнения движений.

Практика: каждое упражнение построено на определенной музыке, характер

которой определяет особенности движения. Используется музыка марша, народные мелодии.

- Ходьба: спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг.
- Бег: легкий; неторопливый и танцевальный, стремительный и широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный. Задача - учить изменять характер бега. Упражнения в стремительном беге вырабатывают у детей способность двигаться собранно, целенаправленно, динамично и подготавливают к широкому бегу. Для развития легкости движения используется бег с лентами.
- Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; поскоки с ноги на ногу; легкие поскоки; сильные поскоки. Дети учатся уточнять характер и ритм поскоков.
- Упражнение «Попрыгунчики» (пружинное подпрыгивание) –вырабатывает навыки, обеспечивающие в дальнейшем легкость и четкость многих движений (бега, прыжков, поскоков и т.п.)

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.3 Музыкально-игровое творчество

Теория: игра является важным методом приобщения, активации интереса к музыке и наиболее естественным путем к созданию музыкально-двигательных образов. Обучить детей построениям, перемещениям и выполнению упражнений в игровой форме.

Практика: используются музыкальные игры и музыкально-игровые упражнения.

Например – «найди свое место в колонне» (игровое упражнение). В музыке сопоставляются два настроения - энергичное, напористое(марш) и легкое, беззаботное; дети передают их бодрой ходьбой в строгом, четком строю и свободным, непринужденным движением без строя. Упражнение воспитывает умение организованно выполнять перестроения самостоятельно, без указаний педагога. Дети воспринимают игру как своеобразное соревнование в умении слушаться музыки - четко, организованно перестраиваться. Выполняя команду марша, и быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски. После краткого объяснения содержания игры детям предлагается самим начинать действовать. Задание строится на одном музыкально-двигательном образе, без развития сюжета. При дальнейших поворотах игры детям задаются наводящие вопросы, напоминая особенности музыки и образов игры. Дети уточняют, насколько изменяют свои движения. В игре дети могут самостоятельно выразить свои чувства.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 2. Элементы пластического танца

Цель: научить элементам пластического танца, развить пластичность, гибкость.

Тема 2.1 Основы пластики

Теория: наряду с классической музыкой дети также знакомятся с музыкой, ритмическая основа которой соответствует характеру плавных и «текучих» движений тела, тем самым помогая сильнее и глубже переживать создаваемые ими пластические образы. Объяснить и показать правильное исполнение движений.

Практика: дети выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение «Ролик». Знакомятся с такими понятиями и упражнениями как: «Ось» (ось позвоночника - один конец уходит в небо, другой в землю), «Цветок» (образ распускающегося цветка - раскрытие и закрытие грудной клетки).

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 2.2 Упражнения на вращение суставов

Теория: объяснить для чего нужны данные упражнения. Они способствуют осознанию работы частей тела, развивают гибкость и упругость позвоночника, пластику рук, стопы, укрепляют отдельные группы мышц, увеличивают подвижность суставов. Подготавливают к дальнейшей работе по освоению навыков пластического движения. Объяснить и показать правильное исполнение движений.

Практика: разные легкие упражнения на вращение отдельных суставов в теле. Упражнения выполняются в положении стоя, сидя и лежа на полу.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Танцевально-художественная работа

Цель: закрепить знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. освоить пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке, ознакомиться с таким понятием как рисунок танца.

В музыкально - пространственных композициях дети развивают чувство коллектива: они учатся переживать музыку в общем ритме, вместе. Дружно и слаженно. Каждое движение строится на музыкальном материале, могущем одновременно служить двум заданиям, т.е. музыка берется такая, на которой можно строить как техническую, так и художественную работу. Такой подход в корне меняет отношение занимающегося к любому заданию.

Тема 3.1 Постановка

Теория: рассказать, что такое танец, показать элементарные рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 3.2 Репетиции

Теория: объяснить, что такое групповой танец, синхронность, передать эмоциональное состояние танца.

Практика: отработка танцевальных движений, связок, комбинаций, отработка синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 4. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных.

Тема 4.1 Стретчинг

Теория: объяснить, что такое растяжка, для чего она нужна. Рассказать о связках и мышцах.

Практика:

- упражнения, развивающие гибкость шеи: наклоны, повороты, круговые движения головой.
- упражнения, развивающие эластичность плеча и предплечья, подвижность локтевого сустава: опускание и поднятие, круговые движения вовнутрь и наружу, отведение вперед и назад плеч и предплечий.
- упражнения, развивающие подвижность лучезапястных суставов, эластичность мышц кисти: одновременное и последовательное сжимание и разжимание пальцев рук; сгибательные, разгибательные, вращательные движения кистями рук в локтевых суставах.
- упражнения, развивающие подвижность позвоночника: сгибания и разгибания, наклоны, повороты вправо и влево, круговые движения, скручивания корпуса.

- упражнения, развивающие подвижность коленных суставов: приседания, выпады, горизонтальные круговые движения коленями.
- упражнения, развивающие подвижность суставов, эластичность мышц стопы:
 Формы работы: групповые, мелкогрупповые.
 Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.
 Тема 4.2 Силовые занятия
 Теория: что такое мышцы, как устроен человек.
 Практика:
- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук
 Формы работы: групповые, мелкогрупповые.
 Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение занятий других групп, просмотр видеороликов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Музыкальное движение

Цель: совершенствовать умение детей целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов.

Музыкально-двигательные образы делаются более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме. Работа над ними способствует росту творческой активности детей.

Тема 1.1 Совершенствование приемов музыкально - двигательной выразительности.

Теория: научить правильно просчитывать музыку, объяснить и показать правильное исполнение движений, а так же научиться выполнять движения под музыку.

Практика: совершенствуется умение детей исполнять движение пружинным, маховым и плавным приемом, изменяя их силу, амплитуду, ритм, темп. Дети осваивают более сложные движения – пружинные для рук, плавные для корпуса, маховые для корпуса и ног.

- Упражнение 1-го года «Игра с мячом» выполняется теперь на пружинном беге.
- Упражнение «Тяжелые руки» (маховые движения) помогает детям изменять характер освоенных ранее легких маховых движений – сделать их энергичнее, тяжелее. Дети учатся в соответствии с динамикой музыки исполнять их с большим или меньшим напряжением, постепенно увеличивать размах движений.
- Упражнение «Лесорубы» (подражательное движение) является усложненным вариантом упражнения «Колка дров». В нем движения технически труднее, требуют лучшей координации.

Параллельно со всей работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: расслабление мышц плечевого пояса; раскачивание рук и корпуса; постепенное сгибание и разгибание корпуса; отведение ноги и назад махом и т.д.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.2 Совершенствование основных движений эмоционально - динамического характера.

Теория: расширить изучение стилей музыки, объяснить, что исполнение движений зависит от темпа и стиля музыки, объяснить и показать правильное исполнение движений, разобрать какие образы и эмоции вызывает та или иная музыка и использовать эти эмоции во время исполнения движений.

Практика:

- упражнение «Ускоряй и замедляй» является основным приемом для совершенствования ходьбы и бега: оно вырабатывает у детей качества, которые в дальнейшем дают им возможность естественно и непринужденно изменять выразительность этих движений, делает их то более, то менее устремленными, целенаправленными и энергичными.
- упражнение «То бегом, то шагом» - переходы с ходьбы на бег совершенствуют оба движения: после бега шаг невольно делается легче, устремленнее, а бег после шага – пружиннее.

Большое число упражнений строится на энергичных пружинных движениях – прыжках, поскаках, сильном беге. Дети должны научиться быстро и сильно отталкиваться (выпрямляться, отрываться от пола, подниматься). Энергичные, стремительные образы требуют умения пользоваться сильными маховыми движениями,

увлекающими за собой весь корпус. Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т.д.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.3 Музыкально - игровое творчество

Теория: обучить детей более сложным построениям, перемещениям и выполнению упражнений в игровой форме.

Практика: в специальных заданиях дети приобретают способность самостоятельно изменять выразительность своих основных движений (ходьбы, бега, прыжков) в зависимости от особенностей музыки. Возрастает роль заданий на самостоятельное воплощение в движениях музыкальных впечатлений. Дети привлекаются к совместной разработке новых игр: предлагается тема, музыка и приблизительный план. Дети должны внести свои поправки и предложения. Музыка используется одночастная (законченные отрывки) с одним ярким и цельным музыкальным образом.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 2. Элементы пластического танца

Цель: обучить детей основам пластического танца. Объяснить правильность исполнения движений.

Тема 2.1 Приемы пластического движения

Теория: рассказать, что такое пластический танец, пластика тела, объяснить правильность исполнения движений.

Практика: Основным приемом пластического движения является пластическая «волна» всем телом. После изучения тем этого раздела 1-го года обучения, дети усваивают навык пластической «волны». Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается и на втором году обучения. Исходное положение поза «зерна» (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник («Ось»), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка («Цветок»). Голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. «Цветок» закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической «волны» в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-ой (естественной) позиции, угол между ступнями 45% и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят. Движение пластическая «волна» становится подобием действия только при достаточной фантазии ребенка, после того, как освоена принципиальная схема. Музыка и верно направленное воображение помогает детям вызвать нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять движение. Прием пластической «волны» гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 2.2 Музыкально-пластический образ

Теория: развить фантазию и воображение, обучить детей на основе музыкального образа и выразительного жеста найти его пластическое решение, используя сценическое пространство.

Практика: работа над созданием образа начинается с прослушивания музыки. Потом дети отвечают на вопросы: Какие чувства передает музыка? О чем рассказывает музыка? Как рассказывает музыка? Таким образом дети учатся анализировать, определять структуру, форму, характер, образный строй музыкального произведения. На основе звуковых ассоциаций рождаются образы. Определив тему музыкального произведения и выбрав ассоциативный образ, происходит выбор соответствующей позы. Дается задание выразить всеми возможными средствами заданный образ, который гармонично существует внутри музыкального произведения. При создании образа используются дополнительные средства сценической выразительности: газовые шарфы. Ленты, элементы костюма.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Танцевально-художественная работа

Цель: закрепить знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. освоить пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке, усложнить рисунок танца.

Тема 3.1 Постановка

Теория: показать новые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 3.2 Репетиции

Теория: объяснить, что такое групповой танец, синхронность, передать эмоциональное состояние танца.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 4. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 4.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- прыжки на полупальцах, не касаясь пола пятками;
- подъем стоп, не отрывая пяток от пола;
- шаг на месте с вытягиванием подъема стопы;
- приседания, не отрывая пяток от пола;
- упражнения для развития выворотности ног;
- тренировка мышц свода стопы, поднимаясь на полупальцы обеих ног по VI, невыворотной I, завернутой I позициям ног;
- приседания и подъем на высокие полупальцы;
- стретчинговые упражнения (активные).

Тема 4.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса

- упражнение на развитие силы рук
Формы работы: групповые, мелкогрупповые.
Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение занятий других групп, просмотр видеороликов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
3 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Музыкальное движение	40	12	28
Тема 1.1 Усовершенствование музыкально - двигательных приемов и навыков.	22	6	16
Тема 1.2 Импровизация	18	6	12
Раздел 2. Элементы пластического танца	44	12	32
Тема 2.1 Совершенствование приемов пластического движения	22	6	16
Тема 2.2 Музыкально-пластические этюды	22	6	16
Раздел 3. Танцевально-художественная работа	86	26	60
Тема 3.1 Постановка	46	16	30
Тема 3.2 Репетиции	40	10	30
Раздел 4. Партерная гимнастика	32	4	28
Тема 4.1 Стретчинг	16	2	14
Тема 4.2 Силовые упражнения	16	2	14
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	6	3	3
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	59	157

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Музыкальное движение

Цель: совершенствовать умение детей целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов.

Музыкально-двигательные образы делаются более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме.

Тема 1.1 Усовершенствование музыкально - двигательных приемов и навыков

Теория: объяснить правильное исполнение движений.

Практика: продолжается работа над основными движениями и приемами. Умения и навыки закрепляются, как и в работе над подготовительными упражнениями, так и в музыкально-пространственных композициях, хороводах и танцах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.2 Импровизация

Теория: объяснить, как создавать свои собственные танцевальные композиции, как передавать эмоциональный образ.

Практика: Музыкальное движение дает возможность детям активно входить в музыку через импровизацию, создавать свои собственные танцевальные композиции. Но прежде чем образы импровизации станут ясными и выразительными, дети должны пройти под руководством педагога путь овладения азами техники естественного человеческого движения, наполненного музыкой. Импровизируя. Дети проявляют творческую активность. Развивают воображение, раскрывают свою индивидуальность.

Темы импровизации даются педагогом, но и также предлагаются самими детьми. Например, «Времена года», Ручеек», «Ветерок и ветер» и др.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 2. Элементы пластического танца

Цель: усложнить элементы пластического танца, добиться правильного исполнения движений.

Тема 2.1 Совершенствование приёмов пластического движения

Теория: объяснить правильное исполнение движений.

Практика: усовершенствование и усложнение движений, проучивание связок и комбинаций, увеличение физической нагрузки.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 2.2 Музыкально-пластические этюды

Теория: рассказать, что такое этюд, объяснить правильность исполнения движений.

Практика: музыкально-пластические этюды рождаются из опыта всей предыдущей работы занимающихся. Задача упражнений сводится к конкретным действиям, а не к игре к чувствам. Этюды состоят из трех действий: начало, развитие и финал. Далее идет развитие движения по действию, которое также заранее оговаривается. В финале образ может измениться не только внутренне. Например, это собирательный образ цветка, который распускается (одно музыкальное произведение), проживает лето (другое музыкальное произведение) и увядает (третье музыкальное произведение). Этюды закрепляют навыки, полученные в упражнениях предыдущих разделов, показывают

насколько точно и правильно ребенок может выполнить поставленную перед ним задачу.

Этюды - подготовка к танцевальным номерам.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Танцевально-художественная работа

Цель: усложнение рисунков танца, добиться правильного и синхронного исполнения.

Тема 3.1 Постановка

Теория: показать новые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 3.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 4. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 4.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

Упражнения на развитие выворотности.

- «Лягушка» - исходное положение - сидя на коврик, ноги сложены стопа к стопе, поджатые к корпусу, руки кладутся на колени, на счет 1, 2, 3 - руками нажимать на колени, стараясь положить колени на пол.
- «Лягушка на животе» - исходное положение - лежа на животе, на коврик, ноги сложены стопа к стопе, руки сложены под подбородком, удерживая это положение, максимально приближаем таз к полу, стараясь полностью положить бедра так же, как и стопы.
- «Угол» - исходное положение - сидя на полу: ноги вытянуты в стороны, корпус складывается животом к полу, спина остается прямой, руки вытянуты вперед.
- «Шнур» - исходное положение - поперечный шпагат, руки вытянуты вперед, корпус наклоняется вперед, пока руки, ладонями вниз, не коснутся пола.
- «Выворотная складка» - исходное положение - то же, что и при обычной «складке»: положение, сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стопы развернуты в 1 позиции, руками обхватываются носки стоп, и корпус тянется вперед до тех пор, пока грудь полностью не ложится на ноги, стопы остаются развернутыми.
- «Первая позиция, лежа на полу» - исходное положение - лежа на полу, на животе: ноги раскрыты в 1 позицию, педагог слегка надавливает на стопы, раскрывая их.
- «Подъем ног по 1 позиции» - исходное положение — лежа на полу, на спине: руки лежат вдоль тела, ноги по 1 позиции, ноги медленно поднимаются вверх, сохраняя 1 позицию, затем ноги опускаются вниз, при этом, не расслабляясь и сохраняя 1 позицию.

Тема 4.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение концертов, занятий других групп, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Элементы пластического танца	64	14	50
Тема 1.1 Пластический танец	34	8	26
Тема 1.2 Сценическое действие	30	6	24
Раздел 2. Партерная гимнастика	30	4	26
Тема 2.1 Стретчинг	16	2	14
Тема 2.2 Силовые упражнения	14	2	12
Раздел 3. Элементы классического танца	26	8	18
Тема 3.1 Экзерсис у станка	26	8	18
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	80	20	60
Тема 4.1 Постановка	40	10	30
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты	10		10
Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	52	164

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

4 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Элементы пластического танца

Цель: усложнить элементы пластического танца, проучивание связок и комбинаций, объяснить правильность исполнения движений.

Тема 1.1 Пластический танец

Теория: теоретические основы пластического танца.

Практика:

- Упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины
- Упражнения для нижнего отдела позвоночника
- Упражнение для ориентировки

Пластический танец совершенствует пластику тела, развивая принцип непрерывности движения. Через образы, научить видеть и чувствовать красоту пластической формы. Весь пластический тренинг ведется на основе единства энергии дыхания, воображения движения. Одновременно это единство сливается в пластике танцора с энергией окружающего его пространства. Все пластические движения последовательно связаны между собой и образуют целостную систему. Каждое движение выполняется в ритме естественного дыхания человека (вдох-выдох). Дыхание человека, его «органичная музыка», рождает движение, раскрывает тело при вдохе и закрывает его при выдохе. В гармоничном движении нет поворотов под острыми углами, все повороты осуществляются по плавной кривой: по волне, по спирали, по кругу. Эти естественные линии гармонии заложены в возможных движениях отдельных частей тела и всего тела.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 1.2 Сценическое действие

Теория: рассказать, что такое сценическое действие, как передать сценический образ через движения.

Практика: в процессе обучения дети знакомятся с элементами актерского мастерства как элементами сценического действия:

- внимание-закон сценического действия
- воображение-основа действия
- образ (внешний и внутренний)
- сценическая задача (движение-действие)
- взаимодействие и общения

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

Упражнения на развитие гибкости.

- «Мостик» - исходное положение - лежа на спине, ноги, на ширине бедер, руки вытянуты вдоль туловища, колени сгибаются, стопы ставятся возле ягодиц на ширину плеч, руки сгибаются в локтях и ставятся ладонями на пол и под плечи,

пальцами в направлении ног, затем поднимается таз, прогибается спина, и постепенно выпрямляются руки, дыхание при этом свободное, через несколько секунд опуститься на пол, затем повторить снова.

- «Кольцо» - исходное положение - лежа на животе, руки вытянуты вдоль туловища, сгибаясь в спине и в коленях, кончики пальцев ног подтягиваются к затылку.
- «Корзиночка» - исходное положение - лежа на животе, руки вытянуты вдоль туловища, сгибаясь в спине и коленях, взяться руками за подъемы и делать покачивания вперед-назад.
- «Складка» за пятки - исходное положение - сидя на полу, ноги вместе, максимально выпрямлены в коленях, подъемы вытянуты, вытянуть руки и наклоняться вперед, дотянувшись руками до пяток, удерживать их. Тянуться нужно низом живота к ногам, складываясь в тазобедренных суставах; наклон корпуса в продольном и поперечном шпагате вперед и в сторону.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: воспитание подтянутости, внутренней собранности.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: рассказа детям, что такое классический танец, балет, изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

- постановка корпуса, апломб;
- изучение позиций ног;
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног);
- battment tandu в сторону по 1 п. н.;
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы);
- battement tendu вперед, назад, 1 п.н.;
- demi – rond de jambe par terre;
- passe par terre;
- положение ноги на sou-de-pied;
- battement tendujeteиз 1 и 5 позиции.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное

исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других групп, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
5 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Элементы пластического танца	60	14	46
Тема 1.1 Основы современного танца	30	8	26
Тема 1.2 Сценическое действие	30	6	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	30	4	26
Тема 2.1 Стретчинг	16	2	14
Тема 2.2 Силовые упражнения	14	2	12
Раздел 3. Элементы классического танца	26	8	18
Тема 3.1 Экзерсис у станка	26	8	18
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	84	20	64
Тема 4.1 Постановка	40	10	30
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	14		14
Мероприятия воспитательно-познавательного характера.	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Всего	216	52	164

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

5 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Элементы пластического танца

Цель: усложнить элементы пластического танца. Объяснить правильность исполнения движений.

Тема 1.1 Основы современного танца

Теория: рассказать, что такое современный танец, какие есть стили и направления, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

- изучение позиций рук и ног;
- танцевальные комбинации на развитие общих физических данных;
- позы и движения на растяжку;
- элементы гимнастики и акробатики;
- знакомство с современными стилями и новыми направлениями современного танца.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Сценическое действие

Теория: рассказать о культуре сцены.

Практика:

- сценическое движение;
- сценический грим;
- тренинг и игры на эмоциональное раскрепощение;
- этюды на эмоциональную выразительность.

Целевая направленность: овладение умением передавать образы в танцевальных композициях, умение перевоплощаться, передавать настроение людей, вовлекая зрителя в общий замкнутый круг действий.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- растяжка на полу с помощью эластичной ленты
 - лежа на спине — вверх и в сторону;
 - лежа на животе — назад и в сторону.
- растяжка укрепляется движением grand battement в 3 стороны, что также тренирует силу маха ноги:
 - выпады вперед поочередно с правой и с левой ноги;
 - выпады в сторону поочередно с правой и с левой ноги.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: воспитание подтянутости, внутренней собранности.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

- battement frappe вперед на 45 на один такт 2/4;
- battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45;
- battement relevee на 45 – в сторону, вперед, назад;
- Grand battement jete в сторону, вперед, назад;
- Portebras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы;
- Позы классического танца:
 - crousee,
 - efface,
 - ecarte вперед и назад, с руками (большие и маленькие позы),
 - arabesques.

В основных позах работающая нога вытянута носком в пол. Чтобы правильно усвоить характер позы, сначала она изучается на середине зала, затем у палки. Сложные по построению позы effacee и ecarte предварительно изучают из исходного положения Epaulement efface. Все позы изучаются в медленном, плавном темпе на четыре такта 4/4, два такта 4/4, один такт 4/4. Позы выполняют не менее 2-4 раз с каждой ноги.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных и областных конкурсах

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 6 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	60	14	46
Тема 1.1 Современный танец	30	6	23
Тема 1.2 Народный танец	30	8	23
Раздел 2. Партерная гимнастика	30	4	26
Тема 2.1 Стретчинг	16	2	14
Тема 2.2 Силовые упражнения	14	2	12
Раздел 3. Элементы классического танца	26	4	22
Тема 3.1 Экзерсис у станка	16	2	14
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	10	2	8
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	84	20	64
Тема 4.1 Постановка	38	10	28
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	16		16
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	48	168

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

6 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить детей основам народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить детей с движениями новых стилей и направлений.

Практика: овладение основами современной хореографии и техникой исполнения, умение ориентироваться в стилях и направлениях современного танца, развитие пластики, легкости движения, творческого потенциала воспитанников, воспитание художественного вкуса. Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. модерн - джаз танец: особенность - достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока. Изучение основных понятий: поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни.

Позиции рук:

- нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца;
- Press-position;
- 1, 2, 3; Jerk position;
- положения: jazz hand.

Позиции ног:

- 1,2,3,4,5;
- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- Kick (пинок);
- Flat back;
- Deep body bend;
- side stretch;
- Twist или изгиб позвоночника; curve, arch, twist topca, roll down, roll up;
- Bodu roll

Кросс:

- шаги примитива;
- flat step, camel walk, latin walk;
- шаги в мадерн-джаз манере;

Прыжки:

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump);
- с одной ноги на другую с продвижением (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop);
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: рассказать детям о народных танцах, какие бывают танцы, ознакомить с историей возникновения народного танца, историей возникновения народно-сценического танца. объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- знакомство с основными элементами народного танца;
- изучение и исполнение упражнений у станка и основных танцевальных элементов на середине зала;
- овладение техникой, стилем, манерами исполнения народных танцев разной национальности;
- овладение знаниями в области танцев народов мира их характером и манерой исполнения;
- овладение самобытными особенностями народного танца своей области.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- танцевальный шаг («шпагаты», «выпады»);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук
- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения лежа на спине, «шпагаты» и складки;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;
- стойка на голове и руках

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, правильно поставить корпус, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

- Demi plie с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке. Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию;
- Petit battement nasou-d- battement tandu, battment tendu jete с добавлением por le pied (double e-pied. battment tendu);
- Rond de jamb parterre в соединении с grand rondom на 90;
- Rond de jamb an leir – на всей стопе;
- Battement tendu на 45;
- Battement frappe;
- Battementdevelloperasse на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90;
- Grand Battementjete с добавлением основных поз классического танца ecorree , croise, effosce.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

Allegro- прыжки. Самая сложная часть классического танца. Высота зависит от мускулатуры ног эластичности и крепости связок, ступни и коленей, развитого ахилового сухожилия, крепости пальцев ног и особенно от силы бедра. Главное в прыжке уметь в момент отталкивания от пола сохранить одновременность работы двух ног, подтянуть корпус, помочь руками и ощутить собранность всего тела (особенно спины) и в момент толчка и в момент прыжка.

Начинаем изучать с маленьких прыжков:

- Temps leve soute (1,2,4);
- Changement de pied;
- Pas echappe;Pas assamble;
- Pas jete.

Arabesgues – узорчатый орнамент, возникший в подражании арабскому стилю. В классическом танце существует 4 арабеска. Вначале изучают только три. Работающая нога пока не поднимается от пола, поэтому изучаемые Arabesgues представляют собой всего лишь схему движения.

Temp sli eparterre – это серия слитных взаимосвязанных движений, развивающих координацию движений рук, ног, головы и корпуса. Слитность перехода из одной позы в другую. Характер движения – плавный. Музыкальный размер: 4/4, 3/4.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые..

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выраженности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания

танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных и всероссийских конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ЦПЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
7 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	56	16	40
Тема 1.1 Современный танец	28	8	20
Тема 1.2 Народный танец	28	8	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	30	4	26
Тема 2.1 Стретчинг	16	2	14
Тема 2.2 Силовые упражнения	14	2	12
Раздел 3. Элементы классического танца	26	4	22
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	12	2	10
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	88	20	68
Тема 4.1 Постановка	38	10	28
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	20		20
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	50	166

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

7 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить детей движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить детей с движениями новых стилей и направлений.

Практика: продолжаем изучать модерн - джаз танец: особенность - достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока. Усложняем основные шаги, прыжки, добавляются вращения, contraction, release, уровни.

Кросс:

- Шаги в рок-манере. Эти шаги исполняются на счет "и-раз". Таким образом, сильное акцентированное движение, связанное с переносом веса тела, идет на слабую музыкальную долю, из-за такта; так, например, в триplete шаг tombe будет исполняться на "и", а на "раз" - первый шаг на полупальцах. В рок-манере возможна координация рук и ног в параллельном движении.
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере. Эти шаги родились и рождаются до сих пор в театральном танце, танце варьете и эстрады. В основном к этой группе относятся все канканирующие шаги, т.е. шаги с одновременным броском ноги вперед или в сторону. Правил исполнения подобных шагов не существует, их изучение зависит от фантазии и хореографического мастерства педагога. В эту же группу могут быть отнесены шаги, заимствованные из модных стилей бытовой хореографии, таких как "брейк", "вог", "диско", "рэп" и т.д.

При переходе из одного положения или позы в другое используются связующие шаги. Это могут быть *chasse*, *pas de bourree*, *glissade*, *coupe*, *degage*. Техника их исполнения не изменяется, но возможно изменение направлений, например, *chasse* исполняется боком и, естественно, изменяется координация, т.е. положения рук и головы. Шаги могут объединяться в комбинации, координироваться с другими центрами. Это наиболее импровизированная часть урока. Основная задача - усвоить манеру, стиль движения.

Прыжки:

Прыжки усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (*jump*);
- с одной ноги на другую с продвижением (*leap*);
- с одной ноги на ту же ногу (*hop*);
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

Вращения:

- *Corkscrew* повороты – повороты, аналогичные *sotenu entournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах;
- *Topchaîne*;
- повороты на одной ноге

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- высокое выстукивание;
- моталочка;
- подбивка, отбивка;
- голубец;
- молоточки;
- комбинации танцевальных шагов по кругу и по диагонали;
- «веревочка» двойная и простая, с переступанием на ребро каблука, с ковырялочкой;
- «ковырялочка» с продвижением и в воздухе;
- дробное выстукивания, «ключ»;
- изучения основных ходов;
- вращения на середине зала и по диагонали.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины
- упражнения на развитие мышц ног
- укрепления мышц пресса
- упражнение на развитие силы рук
- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- стойка на руках
- перевороты вперед на две ноги через стойку на руках;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика:

- туры на 360 градусов (endehors, endedans);
- упражнения в Epaulement;
- Attitude;
- arabesque на 90 по 1 и 2 позициям;
- pas de bourre;
- allegro;
- double assemble;
- sissonnefermee;
- pasglissade.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: Основные большие позы классического танца исполняют подъемом ноги на 90 градусов. Для правильного усвоения поз их изучают на середине зала, где их построение более точно, чем у палки.

- позы классического танца на 90 градусов;
- Croisee на 90 градусов;
- Ecorree на 90 градусов;
- Attitude croise - efface;
- Arabesgues на 90 градусов;
- Temps lie на 90 градусов;
- Allegro;
- Grand chagement de pieds;
- Petit chagement de piedes;
- Pas glissade;
- Echappe;
- Jete;
- Pas assemble;
- Double assemble

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выраженности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ЦЕНТР «СОДРУЖЕСТВО»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
8 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	56	16	40
Тема 1.1 Современный танец	28	8	20
Тема 1.2 Народный танец	28	8	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	26	4	22
Тема 2.1 Стретчинг	14	2	12
Тема 2.2 Силовые упражнения	12	2	10
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	88	20	68
Тема 4.1 Постановка	36	10	26
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	22		22
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	50	166

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

8 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить детей движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить детей с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- техника изоляции – координация двух центров;
- положения flex/point колена и стопы;
- Swing.

Прыжки:

- jump: во время взлета arch торса;
- hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса;
- hop: рабочая нога открывается в сторону на 45 градусов;
- leap с трамплинным зависанием в воздухе.

Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе;
- пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- изучение видов русского народного танца: хоровод, кадрили, парные танцы;
- комбинации танцевальных шагов по кругу;
- усложнённые дробное выстукивания;
- изучения усложнённых проходок;
- моталочка в повороте;
- изучение движений украинского и белорусского танцев;
- вращения на середине зала и по диагонали.

Расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые..

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- переворот вперед на одну ногу через стойку на руках;
- переворот назад с одной ноги;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки.

- экзерсис у станка с добавлением полупальцев;
- туры на 360 градусов (endehors, endedans);
- упражнения в Epaulement;
- attitude;
- arabesque на 90 по 1 и 2 позициям;
- pas de bourre;
- allegro;
- sissonnefermee.
- pasglissade.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянutosть, выворотность ног.

- Ballonne;

- Entrechat;
- Pas de chat;
- Jete entrelace;
- Saut de basque;
- Chasser.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.

Утверждаю
директор МБОУДО
ДЦ «Содружество»



УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
9 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	52	12	40
Тема 1.1 Современный танец	26	6	20
Тема 1.2 Народный танец	26	6	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	26	4	22
Тема 2.1 Стретчинг	14	2	12
Тема 2.2 Силовые упражнения	12	2	10
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	92	20	72
Тема 4.1 Постановка	36	10	26
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	26		26
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

9 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1 Массовый народный и современный танец

Цель: обучить детей движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить детей с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- продолжаем изучать и усложнять технику изоляции – координация двух центров;
- кросс;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) в повороте на 360 градусов;
- с одной ноги на другую с продвижением (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) в повороте на 360 градусов;
- с двух ног на одну в повороте на 360 градусов.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу

- пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений танцев народов мира: молдавский, калмыкский, итальянский;
- комбинации танцевальных шагов по кругу;
- усложнённые дробное выстукивания;
- изучения усложнённых проходов;
- изучения вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- переворот вперед на одну ногу;
- переворот назад с двух ног;
- фляк;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузкой.

- экзерсис у станка на полупальцах;
- пируэты на 360 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы коруса.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые..

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузкой. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянутость, выворотность ног, а так же вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Jeter;
- Grand Jeter;
- Grand Jeter в повороте на 360 градусов;
- Ballotter;
- заноски;

Вращения:

- вращение в больших позах;
- Tour из 4 позиции en dehors и en dedans;
- Fouette;
- шане.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.

Утверждаю
директор МБОУДО
«ДШИ «Содружество»



УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 10 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	52	12	40
Тема 1.1 Современный танец	26	6	20
Тема 1.2 Народный танец	26	6	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	26	4	22
Тема 2.1 Стретчинг	14	2	12
Тема 2.2 Силовые упражнения	12	2	10
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	92	20	72
Тема 4.1 Постановка	36	10	26
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	26		26
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

10 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1 Массовый народный и современный танец

Цель: обучить детей движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить детей с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- кросс;
- изучение движений в стиле диско;
- изучение движений в стиле контемп;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) в повороте на 720 градусов;
- с одной ноги на другую с продвижением (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) в повороте на 720 градусов;
- с двух ног на одну в повороте на 720 градусов.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу

- двойной пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- шане по кругу;
- шане по диагонали.

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений танцев народов мира: испанский, танцы народов севера, ирландский, осетинский;
- усложнённые дробное выстукивания;
- изучения усложнённых проходов;
- изучения вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- переворот вперед на одну ногу;
- переворот назад с двух ног;
- фляк;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки.

- экзерсис у станка на полупальцах из-за такта и в разных темпоритмах;
- туры на 720 градусов;
- пируэты на 720 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы корпуса.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим

прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянутость, выворотность ног, а так же вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Grand Jeter поперечный;
- Grand Jeter продольный
- Grand Jeter в повороте на 360 градусов;
- Ballotter;
- двойные заноски;

Вращения:

- вращение в больших позах;
- двойные tour из 4 позиции en dehors и en dedans;
- двойные fouette;
- шане по диагонали и по кругу.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые..

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для достижения поставленной цели и реализации задач образовательной программы используются следующие методы обучения:

- ✓ Словесный (объяснение, разбор, анализ);
- ✓ Наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- ✓ Практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- ✓ Аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- ✓ Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- ✓ Индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Перечисленные методы работы в рамках образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

Для успешной реализации данной программы, руководителем используются следующие материалы:

- комплекс игр и заданий;
- видеоролики и видеофильмы по направлению хореография;
- методические пособия по классическому танцу;
- методические пособия по современному танцу;
- методические пособия по народному танцу.

Программа представляет собой систему обучения с постепенным нарастанием сложности заданий, темпа, ритма, физической нагрузки. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, накладывая новые технические приемы на уже освоенные ранее движения, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность регулировать осуществление программных требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент концертмейстера;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- спортивный инвентарь (палки, коврики, обручи)
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Список для педагога:

1. Богаткова Л. «Танцы разных народов» 2010г.
2. Базарова Н. «Классический танец» 2006г.
3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца...» «Искусство» 1980г.
4. Гусев Г. П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка» 2006г.
5. Есаулов «Устойчивость и координация в хореографии» 2007г.
6. Захаров Р. «Искусство балетмейстер» 1954г.
7. Ивашковский А.А. «Хореококорекция (теоретические практические основы)»Калуга. 2006г.
8. Климов А. «Основы народного танца» 1994г.
9. Коркин В. П. «Акробатика» 2012г.
10. Коротеева Е. И. «Искусство и ты» 2000г.
11. Кох И.Э. «Основы сценического движения» 1970г.
12. Никитин В. Ю. «МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ. Этапы развития. Метод. Техника» 2017г.
13. Руднева С., Фиш Э. «Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста» 2000г.
14. Ткаченко Т. «Народные танцы» 2000г.
15. Шарова, Н. И. «Детский танец» М.: Лань, Планета музыки, 2017г.
16. Шереметьевская Н. «Танец на эстраде» 2018г.
17. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search
18. https://m.vk.com/zhiznbaleriny?from=quick_search
19. https://m.vk.com/beautifulsport?from=quick_search
20. https://m.vk.com/gymnandstretch?from=quick_search
21. <https://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
22. <http://spisok-literaturi.ru/istoriya-sozdannyh-spiskov-literatury/spisok-literaturyi-na-temu-tanets-balet-horeografiya-214065.html>
23. <https://edu.tatar.ru/nkamsk/dou50/page2088438.htm>
24. <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-horeografiya-klass-2617021.html>
25. <https://m.vk.com/videos-30688891>
26. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
27. https://m.vk.com/vdoxnovenie_fesf?from=groups
28. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=groups%253Ftab%253Dgroups
29. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg

Список для обучающихся:

1. Агапова И. Давыдова М. «Игры и задания для чудо-воспитания. Этикет для детей» 2001г.
2. Боброва Г. «Искусство грации» - Детская литература, 1986г.
3. «Балет. Иллюстрированная энциклопедия» - «Конец века», 1995г.
4. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету» 2006г.
5. Волынский А. Л. «Книга ликований. Азбука классического танца» 1994г.
6. Есаулов И. Г. «Устойчивость и координация в хореографии» 2015г.
7. Журнал «Dance»
8. Каминская Н. М. «История костюма» 2010г.
9. Левинон А. «Мастера балета» 2001г.
10. Рябчиков А., Фирилева Ж. «Словарь терминов гимнастики и основ хореографии» 1996г.
11. Тупиков Г. Ю. «Детско-хореографический журнал Петипа»
12. «Я танцевать хочу...»// Молодёжная эстрада, № 1, 2001г.
13. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg
14. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
15. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search

Список для родителей:

1. Андреева Ю. «Танцетерапия» 2001г.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» 2000г.
3. Библиотека "Любителю балета" (комплект из 75 книг) Радуга, Центрполиграф, Просвещение, 2015г.
4. Вашкевич Н. «История хореографии» 1982г.
5. Дешкова И. «Иллюстрированная энциклопедия балета в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей» М.: Конец века, 2015г.
6. Лукьянова «Дыхание в хореографии» 2002г.
7. Пасютинская В. «Волшебный мир танца» - М.: Просвещение, 2015г.
8. Подольская Е. И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников» 1998г.
9. Уральская В. И. «Рождение танца» 1994г.
10. Худеков С.Н. «Всеобщая история танца» 1996г.
11. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg
12. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
13. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search
14. https://m.vk.com/beautifulsport?from=quick_search

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ

Приложение 1

Мониторинг результатов обучения по программе

В настоящей программе мониторинг рассматривается как система мер по непрерывному отслеживанию качества результатов освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы в области хореографического искусства. Мониторинг проводится в форме просмотра комплекса упражнений по учебным предметам обязательной части учебного плана.

- Пластический танец
- Партерная гимнастика
- Элементы классического танца
- Массовый народный и современный танец
- Концертные выступления

Мониторинг является наиважнейшим обобщающим показателем всего комплекса приобретенных знаний, умений, навыков, полученных детьми в процессе обучения. Мониторинг концертных выступлений даёт возможность приобретения учащимся неоценимого сценического опыта, демонстрации исполнительской культуры, выучки, грамотности, умения работать в коллективе; на практике доказать свою конкурентоспособность; формирования самооценки своих возможностей, проявления творческой индивидуальности.

1 год обучения и для вновь поступающих старшего возраста

- первичный контроль (сентябрь);
- итоговый контроль (апрель - май).

2 - 10 год обучения

- итоговый контроль (апрель - май).

Первичный контроль

Первичный контроль проводится в сентябре (по окончанию набора и формирования учебных групп) для детей 1 года обучения (4 – 5 лет) и для вновь поступающих старшего возраста.

Цель – определение уровня физических и творческих способностей, учащихся в начале учебного года.

Для поступающих детей старшего возраста определение уровня физических и творческих способностей необходимо для распределения в уже существующие группы.

Формы проведения контроля: беседа с ребёнком и его родителями, наблюдение за выполнением данных педагогом упражнений..

Итоговый контроль

Итоговый контроль проводится в апреле – мае для детей всех годов обучения.

Цель – определение уровня подготовки и уровня развития творческих способностей обучающихся в конце учебного года.

Формы проведения контроля: открытое занятие, контрольный урок, конкурсные выступления, отчетный концерт.

Уровни оценки результативности:

Оценка 5 предполагает высокий уровень - успешное выполнение всех элементов, хорошее развитие физических данных, проявление интереса к обучению, имеет богатое воображение и актерские способности, показывает высокие результаты деятельности.

Имеет высокие творческие достижения и призовые места в региональных, областных, всероссийских, и международных конкурсах.

Оценка 3 - 4 предполагает средний уровень - хорошее выполнение всех элементов, средний уровень развитие физических данных, проявление интереса к обучению, имеет среднее воображение и актерские способности, показывает средние результаты деятельности. Имеет творческие достижения и призовые места в региональных, областных, всероссийских, и международных конкурсах.

Оценка 1 - 2 предполагает низкий уровень – низкий уровень развития физических данных, не проявляет интереса к обучению, плохое воображение и актерские способности. Не имеет творческих достижений.

Первичный контроль (1 года обучения (4 – 5 лет) и для вновь поступающих старшего возраста.)

№	Ф. И.	Критерии оценки			
		гибкость	выворотность	чувство ритма	танцевальный шаг
1.					
2.					
3.					
4.					

Итоговый контроль (1 -3 годов обучения)

№	Ф. И.	Критерии оценки			
		Пластический танец	Партерная гимнастика		
			выворотность	гибкость	танцевальный шаг
1.					
2.					
3.					
4.					

Итоговый контроль (4 -5 годов обучения)

№	Ф. И.	Критерии оценки			
		Партерная гимнастика	Пластический танец	Элементы классического танца	Концертная деятельность
1.					
2.					

3.					
4.					

Итоговый контроль (6 -10 годов обучения)

№	Ф. И.	Критерии оценки				
		Партерная гимнастика	Элементы Классического танца	Современный танец	Народный танец	Концертная деятельность
1.						
2.						
3.						
4.						

Высокий уровень	5
Средний уровень	3 - 4
Низкий уровень	1 - 2

Приложение № 2
от 01.06.2022 г.

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 20
от «26» августа 2022 г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»
О.В. Колюшко

**Лист изменений и дополнений
к дополнительной общеразвивающей программе
«Хореография»**

*Возрастная категория – 4-16 лет
Срок реализации – 10 года
Педагоги дополнительного образования:
Алексеева Наталья Игоревна
Семина Оксана Анатольевна
Год разработки: 2019 год*

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
I.	Список литературы и информационных источников: Список для обучающихся: Список для родителей:	<p>1. Л. Сафронов. Уроки классического танца. Методическое пособие. 2003г.</p> <p>2. Бочкарёва Н. И. Ритмика и хореография: учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств.- Кемерово.-Кемеровск.гос. академия культуры и искусств, 2000г.</p> <p>3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001г.</p> <p>1. Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004г.</p> <p>2. Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2009г.</p>

Приложение № 3
от 30 мая 2023г.

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 26
от «23» августа 2023г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

О.В. Колинко

**Лист изменений и дополнений к
дополнительной общеразвивающей программе
«Хореография»**

*Возрастная категория – 4-16 лет
Срок реализации – 10 лет
Педагоги дополнительного образования:
Алексеева Наталья Игоревна,
Семина Оксана Анатольевна
Год разработки: 2019 год*

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
1.	Список литературы и информационных источников: Список для педагога: Список для обучающихся:	Добавлено: Никитин В.Ю. Модерн-джаз. - М., 2005. Звездочки В.А. Классический танец. - М., 2003. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М., 2004. Барышникова Т. Азбука хореографии. Михайлов М.Н., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Чибрикова-Луговская А.Е. Музыкальное и физическое развитие на занятиях ритмикой.