ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: **soshl4simf.crimeaschool.ru**
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Нарушева Евгения Валентиновна
Действителен с: с 15.09.2026, 07:45
Действителен до: до 09.12.2027, 07:45
Ключ подписи: 654AB0E56E1F6E81CC3305F8A45CAE02

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 14 ИМЕНИ Б.И. ХОХЛОВА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол №
от «___»_____20__ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №14 им. Б.И. Хохлова» г. Симферополя
_____ _____
Приказ № от « » 20 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ТАНЕЦ ОТ А ДО Я»

хореографического кружка

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 6-12лет

Объем часов: 507 часов

Срок реализации: 5 лет

Уровень: базовый

Разработчик:

Дашкова Анна Владимировна,

педагог дополнительного образования

г.Симферополь, 2026 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ №1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА……..……..3
РАЗДЕЛ №2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН……...……...19
РАЗДЕЛ №3. КАЛЕНДПРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК…….…..26
РАЗДЕЛ №4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ……...…27
РАЗДЕЛ №5. ВОСПИТАНИЕ…….……..93
РАЗДЕЛ №6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ …….…...….97
РАЗДЕЛ №7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ……**100**
РАЗДЕЛ №8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ……...……103
РАЗДЕЛ №9. ПРИЛОЖЕНИЕ…….……...107
9.1 Оценочные материалы……..……107
9.2. Методические материалы …….……..108
9.3. Календарно-тематическое планирование…….…….118
9.4. Лист корректировки ДОП…….……...241

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «**ТАНЕЦ ОТ А ДО Я**» ориентирована на работу с детьми в области хореографического искусства. В результате освоения программы дети будут **знать** основы исполнительской подготовки, принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности, а также получат **умения** и н**авыки**.

Программа направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, развитие их творческих способностей и формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Программа соответствует **художественной** направленности.

При разработке программы учтены требования следующих документов:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»

– (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»

– (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204

– «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474

– «О национальных целях развития России до 2030 года»;

– Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

– Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г. № 19 Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от

– 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;

– Программа воспитания МБОУ «СОШ № 14 им.Б.И.Хохлова»

– Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова» муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым.

– Локальные акты образовательной организации

Данная программа **модифицированная,** разработана основе: образовательной программы «Хореографическое творчество» авторы: Е. В. Сорочан, заведующая отделением «Хореографическое творчество», преподаватель хореографических дисциплин высшей категории ГАУДОСО «Рефтинская ДШИ»; В. О. И. Козырева, преподаватель хореографических дисциплин высшей категории ГАУДОСО «Рефтинская ДШИ»; Е. Байшева, преподаватель хореографических дисциплин первой категории ГАУДОСО «Рефтинская ДШИ»; Д. Р. Калинина, преподаватель хореографических дисциплин первой категории ГАУДОСО «Рефтинская ДШИ».

Цель: приобщить и ознакомить с основными универсальными знаниями, умениями, навыками и компетенциями по азбуке хореографии, создание условий для творческой самореализации ребенка, его психического и физического здоровья

Задачи:

образовательные:

- обучить детей двигаться под музыку, передавать её темповые, динамические метроритмические особенности;
- научить точной выразительной передаче характера создаваемого сценического образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- познакомить учащихся с лексикой танца;
- разучить основные элементы разных по стилю танцевальных форм;
- познакомить с разными направлениями хореографического искусства;
- улучшить танцевальную выразительность, исполнительность, навык ориентации в пространстве.

развивающие:

- формировать умение определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью учителя;
- дальнейшее развитие способности наблюдать и рассуждать, критически оценивать собственные действия наряду с явлениями жизни и искусства;
- развивать творческие способности ребенка;
- развивать умение использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности;
- развить познавательный интерес к танцевальному искусству;
- развивать способности к продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности;
- развивать навыки партнерских отношения в коллективе, навыки общению друг с другом по принципу взаимного уважения, взаимопонимания;

- развивать наблюдательность; творческую фантазию и воображение; внимание и память; логическое мышление; ассоциативное и образное мышление; чувство ритма; способность выстраивать событийный ряд; способность определения основной мысли, идеи произведения; способность анализировать предлагаемый материал и формулировать свои мысли; уметь донести свои идеи и ощущения до зрителя;
- воспитать самостоятельность в работе, аккуратность и ответственность при выполнении танцевальных комбинаций;
- научить давать эмоциональную оценку деятельности.

воспитательные:

- воспитать в процессе обучения общественную культуру общения и поведения, навыки здорового образа жизни;
- воспитать выносливость, доброжелательность, эмоционально-нравственную отзывчивость, сочувствие;
- привить любовь к окружающему миру через познание танцевального искусства;
- содействовать военно-патриотическому воспитанию учащихся;
- приобщить к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умению работать в коллективе;

Цель первого года обучения: формирование первоначального интереса к хореографическому искусству, развитие художественно-творческих способностей средствами танца;

Задачи первого года обучения:

образовательные:

- развитие первоначальных музыкально-ритмических навыков, навыков выразительного движения и хореографической пластики;
- формирование простейших навыков координации движений и ориентации в пространстве;
- развитие начальных хореографических навыков (выворотность ног, высота подъёма ног, растяжка, гибкость корпуса, прыжок).

развивающие:

- развитие интереса к танцевальному творчеству, самовыражению в танцевальных образах;
- развитие элементарных музыкальных способностей: чувства ритма, слуха, музыкальности;
- развитие навыков самоконтроля и саморегуляции;
- формирование умения работать в группе, в мини-группах, в паре.

воспитательные:

- воспитание интереса к классическому танцу и хореографическому искусству в целом;
- формирование ценностного отношения к совместному творчеству;
- воспитание трудолюбия, аккуратности, чувства дисциплины;
- приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Цель второго года обучения: приобщение обучающихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи второго года обучения:

образовательные:

- формирование специальных знаний, умений и навыков в области хореографии (например, элементов классического, народного или современного танца);
- обучение навыкам музыкально-двигательного движения, ориентирования в пространстве.

развивающие:

- развитие двигательных и творческих способностей (музыкальный слух, физическая сила и выносливость, способности к импровизации в движении);
- развитие координации, ориентации в пространстве, гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие систем организма (дыхательной, сердечно-сосудистой и др.).

воспитательные:

- воспитание культуры движения, координации, чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональности исполнения;
- формирование самостоятельности, культуры общения, дисциплины, чувства товарищества и взаимопомощи;
- развитие коммуникативных способностей;
- формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни, укрепления здоровья.

Цель третьего года обучения: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала детей в процессе обучения современной хореографии.

Задачи третьего года обучения:

образовательные:

- формирование специальных знаний, умений и навыков в области хореографии;
- обучение навыкам музыкального движения;
- обучение основам построения танцевальных комбинаций;
- знакомство со стилями современной хореографии;

развивающие:

- развитие музыкально-ритмической координации;
- развитие мышечного чувства, осанки, пластики тела;
- развитие музыкально-двигательной памяти, выразительности, воображения, творческих способностей.

воспитательные:

- воспитание культуры движения, чувства ритма;
- воспитание музыкального слуха, эмоциональности исполнения, эмоциональной отзывчивости и культуры восприятия произведений музыкального и хореографического искусства;
- воспитание устойчивого интереса к танцевальной деятельности;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества, ответственности, стремления к чёткому выполнению заданий.

Цель четвертого года обучения: развитие танцевальных способностей для дальнейшей самореализации в современных направлениях хореографии, овладение определённым запасом знаний, умений и навыков.

Задачи четвертого года обучения:

образовательные:

- формирование базовых знаний и навыков. Ознакомление с терминологией, правилами исполнения движений, основами физической и танцевальной культуры. Изучение позиций рук и ног, основ классического экзерсиса;
- освоение практических умений. Обучение правильному выполнению танцевальных элементов, связок, композиций, развитие координации, чувства ритма, умения слушать музыку и передавать её характер в движении;
- подготовка к дальнейшему обучению. Формирование базы, которая позволит в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства;

развивающие:

- физическое развитие. Укрепление костно-мышечного аппарата, развитие гибкости, выворотности, шага, прыжка, силы, выносливости, правильной осанки;
- развитие музыкальных способностей. Формирование чувства ритма, музыкальности, умения анализировать музыку и выражать её через движение;
- творческое развитие. Стимулирование воображения, творческого мышления, способности к импровизации, созданию хореографических миниатюр;
- развитие пространственной ориентации. Обучение ориентированию в танцевальном зале, работе с пространственными рисунками (круг, колонна, линия и др.);

воспитательные:

- формирование эстетического вкуса и культуры. Привитие навыков видеть красоту движения, воспитание художественного вкуса;
- развитие коммуникативных навыков. Формирование навыков работы в коллективе, доброжелательности, чувства взаимопомощи;

- воспитание личностных качеств. Развитие трудолюбия, терпения, настойчивости, самодисциплины, целеустремлённости;
- прививание основ этикета и культуры поведения в обществе;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;

Цель пятого года обучения: создание условий для гармоничного развития и личностной реализации ребёнка через занятия хореографией, раскрытие его творческого потенциала**.**

Задачи четвертого года обучения:

образовательные:

- обучение навыкам музыкально-двигательного движения;
- расширение общекультурного кругозора;
- знакомство с элементами народного, бального, классического и современного танцев;
- формирование устойчивого интереса к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности.

развивающие:

- развитие умения определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью учителя;
- формирование умения действовать по заданному алгоритму;
- развитие способности наблюдать и рассуждать, критически оценивать собственные действия;
- формирование умения анализировать разнообразие музыкальной картины мира;
- развитие коммуникативных навыков: умение выражать мысли, договариваться, находить общее решение.

воспитательные:

- воспитание самостоятельности, культуры общения, дисциплины, чувства товарищества и взаимопомощи;
- развитие эстетической и нравственной культуры поведения через приобщение к хореографическому творчеству;
- формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни и укреплении здоровья;
- введение учащегося в мир традиционной культуры России и народов мира.

Адресат программы – учащиеся 1-5 классов (6-12 лет).

Первый год обучения: Возраст 6-8 лет — это важный этап в развитии детей, и он имеет свои особенности, которые необходимо учитывать при обучении хореографии. Вот некоторые из ключевых аспектов:

1. Физическое развитие

• Координация и баланс: Дети в этом возрасте начинают развивать координацию движений, но она еще не полностью сформирована. Упражнения на баланс и простые танцевальные движения помогут улучшить эти навыки.

• Гибкость: Гибкость детей обычно хорошая, но необходимо следить за тем, чтобы растяжка была безопасной и не вызывала дискомфорта.

• Выносливость: Выносливость детей в этом возрасте еще не высокая, поэтому занятия должны быть короткими и динамичными, с частыми перерывами.

2. Когнитивное развитие

• Восприятие музыки: Дети начинают лучше понимать ритм и мелодию, что позволяет им более осознанно двигаться под музыку.

• Память: Кратковременная память у детей развивается, и они могут запоминать простые последовательности движений, но сложные комбинации могут быть трудными для восприятия.

3. Эмоциональное развитие

• Самовыражение: Дети в этом возрасте стремятся к самовыражению через движение, поэтому важно создать пространство, где они могут свободно экспериментировать с танцем.

• Социальные навыки: Танцы помогают развивать навыки взаимодействия с другими детьми, сотрудничества и командной работы.

4. Мотивация и внимание

• Кратковременное внимание: Дети могут быстро терять интерес, поэтому занятия должны быть разнообразными и включать игры и элементы творчества.

• Позитивная атмосфера: Важно создавать поддерживающую и вдохновляющую атмосферу, чтобы дети чувствовали себя уверенно и радостно.

5. Творческое развитие

• Импровизация: Дети любят импровизировать и выражать свои эмоции через движение. Включение элементов импровизации в занятия поможет развить их творческие способности.

• Развитие воображения: Использование различных тем и историй в танцах может стимулировать воображение детей и сделать занятия более увлекательными.

Второй год обучения: Возраст 7-9 лет — это важный период в развитии детей, когда они начинают активно осваивать новые навыки и развивать свои творческие способности. В контексте хореографии этот возраст имеет свои особенности, которые следует учитывать при организации занятий. Вот некоторые из них:

1. Физические особенности:

- Рост и развитие: В этом возрасте дети активно растут, что может влиять на их координацию и баланс. Важно учитывать индивидуальные различия в физическом развитии.
- Гибкость и сила: Дети могут демонстрировать хорошую гибкость, но сила мышц еще не полностью развита. Упражнения на укрепление мышц и развитие гибкости должны быть включены в занятия.
- Координация движений: Дети в этом возрасте начинают лучше контролировать свои движения, но координация все еще может быть

несовершенной.

2.Психологические особенности

- Развитие самосознания: Дети начинают осознавать себя как личность, что может проявляться в стремлении к самовыражению через танец. Это время для формирования уверенности в себе.
- Творческое мышление: В этом возрасте дети становятся более креативными и могут генерировать собственные идеи для танцевальных номеров.
- Социальное взаимодействие: Дети начинают ценить командную работу и взаимодействие с другими, что важно для групповых занятий по хореографии.

3.Эмоциональные особенности

- Эмоциональная выразительность: Дети могут быть очень эмоциональными и чувствительными, что позволяет им передавать эмоции через танец. Важно развивать эту способность.
- Стремление к одобрению: Дети в этом возрасте часто ищут похвалу и одобрение со стороны учителей и сверстников, что может мотивировать их к обучению.

4.Образовательные аспекты

- Игровые методы обучения: Использование игровых форм и элементов творчества в занятиях помогает удерживать интерес детей и делает процесс обучения более увлекательным.
- Разнообразие стилей: Важно знакомить детей с различными стилями танца, чтобы они могли найти то, что им ближе и интереснее.
- Постепенное усложнение заданий: Уровень сложности упражнений должен постепенно увеличиваться, чтобы поддерживать интерес и развивать навыки.

Учитывая эти возрастные особенности, можно создать эффективную и увлекательную программу по хореографии для детей 9-11 лет, которая будет способствовать их физическому, эмоциональному и творческому развитию.

Третий год обучения: Возраст 8-10 лет — это важный период в развитии детей, и в хореографии он имеет свои особенности. Вот некоторые ключевые аспекты:

1. Физическое развитие:

- В этом возрасте дети продолжают развивать координацию, гибкость и силу. Хореография может помочь улучшить эти навыки.
- Мышечный тонус и баланс становятся более стабильными, что позволяет детям выполнять более сложные движения.

2. Когнитивные способности:

- Дети начинают лучше понимать сложные концепции и могут осваивать более сложные хореографические последовательности.
- Они способны запоминать движения и ритмы, что позволяет им

участвовать в групповых номерах.

3. Эмоциональное развитие:

- Дети в этом возрасте начинают выражать свои эмоции через движение. Хореография может стать способом самовыражения и развития уверенности в себе.
- Социальные навыки также развиваются, так как дети учатся работать в команде, взаимодействовать с другими участниками и уважать их.

4. Творческое развитие:

- В этом возрасте дети проявляют большую фантазию и креативность. Хореографические занятия могут включать элементы импровизации и создания собственных танцев.
- Упражнения на развитие воображения могут помочь детям лучше понимать музыку и движение.

5. Методика обучения:

- Занятия должны быть разнообразными и интересными, чтобы удерживать внимание детей. Использование игр, конкурсов и творческих заданий поможет сделать процесс обучения более увлекательным.
- Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и адаптировать подход к обучению.

6. Технические навыки:

- Дети начинают осваивать базовые техники различных стилей танца (например, классический балет, современный танец, народные танцы).
- Упражнения на развитие техники (плие, батман, повороты) должны быть включены в занятия, но в умеренных количествах, чтобы не перегружать детей.

Четвертый год обучения: Возраст 9-11 лет — это период, когда дети продолжают активно развиваться как физически, так и эмоционально. В хореографии этот возраст характеризуется определенными особенностями:

1.Физические особенности:

А) Развитие координации и силы:

- Дети становятся более ловкими и способны выполнять сложные комбинации движений.
- У них улучшается баланс и контроль над телом, что позволяет осваивать более технически сложные элементы.

Б) Гибкость:

- Гибкость все еще находится на высоком уровне, и занятия хореографией могут помочь сохранить и развить этот аспект.
- Важно включать разминку и растяжку в каждое занятие.

В)Рост и изменения в теле:

- В этом возрасте может происходить активный рост, что может повлиять на координацию и восприятие своего тела.
- Важно учитывать индивидуальные различия в физическом развитии детей.

2. Когнитивные особенности:

А) Способность к обучению:

- Дети начинают лучше понимать сложные концепции и могут осваивать более углубленные техники танца.
- Они способны запоминать более длинные хореографические последовательности и следовать за инструкциями.

Б) Критическое мышление:

- Дети начинают анализировать свои движения и могут давать себе обратную связь, что способствует улучшению их техники.

3. Эмоциональные особенности:

А) Самовыражение:

- Хореография становится важным средством самовыражения. Дети могут использовать танец для передачи своих эмоций и чувств.
- Это время для развития уверенности в себе через выступления и участие в групповых номерах.

Б) Социальные навыки:

- Взаимодействие с другими детьми в группе помогает развивать навыки сотрудничества и командной работы.
- Дети учатся уважать мнения других и работать вместе для достижения общих целей.

4. Творческие особенности:

А) Импровизация:

- Дети начинают проявлять больше креативности и могут участвовать в импровизационных упражнениях.
- Это помогает развивать их воображение и индивидуальный стиль танца.

Б) Создание собственных хореографий:

- В этом возрасте дети могут быть готовы к созданию своих собственных танцевальных номеров, что способствует развитию творческих способностей.

5. Методика обучения:

А) Индивидуальный подход:

- Важно учитывать уровень подготовки каждого ребенка и адаптировать занятия под их потребности.
- Занятия должны быть разнообразными, чтобы поддерживать интерес и мотивацию.

Б) Игровые элементы:

- Использование игр и творческих заданий может сделать процесс обучения более увлекательным.
- Важно включать элементы соревнования и сотрудничества для повышения вовлеченности детей.

В) Технические навыки:

- Продолжайте развивать базовые техники различных стилей танца,

включая элементы классического балета, современного танца и других направлений.

- Обратите внимание на важность правильной техники выполнения движений для предотвращения травм.

Пятый год обучения: Возраст 10-12 лет — это важный этап в развитии детей, когда они начинают проявлять больше интереса к хореографии и танцу. В этом возрасте можно выделить несколько ключевых возрастных особенностей, которые влияют на обучение и практику танца.

1. Физические особенности:

А) Развитие силы и выносливости:

- Дети становятся физически более сильными и выносливыми, что позволяет им выполнять более сложные элементы и техники.
- Увеличивается способность к выполнению акробатических элементов.

Б) Гибкость:

- Гибкость все еще находится на высоком уровне, но может начать снижаться, если не уделять ей должного внимания.
- Регулярная растяжка и упражнения на гибкость остаются важными для предотвращения травм.

В) Координация и баланс:

- Улучшается координация движений и баланс, что позволяет детям выполнять более сложные хореографические комбинации.
- Дети начинают осознавать свое тело в пространстве и могут лучше контролировать свои движения.

2. Когнитивные особенности:

А) Способность к обучению:

- Дети способны усваивать более сложные хореографические последовательности и техники.
- Они могут анализировать свои движения и вносить коррективы на основе полученной обратной связи.

Б) Развитие критического мышления:

- Дети начинают задавать вопросы о технике и стиле танца, что способствует более глубокому пониманию хореографии.
- Они могут участвовать в обсуждениях и давать свои идеи по поводу хореографических номеров.

3. Эмоциональные особенности:

А) Самовыражение:

- Танец становится важным средством самовыражения, и дети начинают использовать его для передачи своих эмоций и чувств.
- Развитие уверенности в себе через танец становится особенно важным в этом возрасте.

Б) Социальные навыки:

- Дети учатся работать в команде, взаимодействовать с другими участниками и уважать мнения сверстников.

- Участие в групповых номерах помогает развивать навыки сотрудничества и коммуникации.

4. Творческие особенности:

А) Импровизация:

- Дети начинают проявлять больше креативности и могут участвовать в импровизационных упражнениях, что способствует развитию индивидуального стиля.
- Импровизация помогает развивать воображение и артистизм.

Б) Создание собственных хореографий:

- В этом возрасте дети могут быть готовы к созданию своих собственных танцевальных номеров, что позволяет им проявлять творческий подход.
- Это также помогает развивать чувство ответственности за выполнение работы.

5. Методика обучения:

А) Индивидуальный подход:

- Важно учитывать уровень подготовки каждого ребенка и адаптировать занятия под их потребности.
- Обеспечение разнообразия в занятиях помогает поддерживать интерес и мотивацию.

Б) Технические навыки:

- Продолжайте развивать базовые техники различных стилей танца, включая элементы классического балета, современного танца, хип-хопа и других направлений.
- Обратите внимание на важность правильной техники выполнения движений для предотвращения травм.

В) Постановка целей:

- Помогите детям устанавливать цели для их обучения и развития в танце, чтобы они могли видеть свой прогресс.
- Обсуждение целей может повысить мотивацию и вовлеченность.

Г) Игровые элементы:

- Использование игр и творческих заданий может сделать процесс обучения более увлекательным.
- Важно включать элементы соревнования и сотрудничества для повышения вовлеченности детей.

Программа предназначена для обучающихся без предварительной подготовки и уровня базового образования. Наличие определенной физической и практической подготовки не требуется. Программа не предполагает особенных условий приема обучающихся. Дети, поступающие на обучение, зачисляются на добровольной основе без специального отбора. Главным условием является желание ребенка заниматься хореографическим искусством. Основанием к зачислению является письменное заявление родителей.

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, эстрадной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. Данная программа заключается в ее общедоступности. Она предусмотрена для детей с любыми физическими данными, которые желают научиться танцевать. Программа ставит конкретные задачи, решение которых предполагает последовательность и постепенность танцевального развития воспитанников, с учетом их возрастных особенностей, при индивидуальном подходе к каждому из них. В любом случае обучение будет направлено на создание ситуации успеха, атмосферы радости, творчества и созидания.

Педагогическая целесообразность образовательной программы «ТАНЕЦ ОТ А ДО Я» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной образовательной программы по обучению хореографии.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Форма обучения по программе – очная.

Особенности организации образовательного процесса

В основу организации образовательного процесса положено воспитание детей в творческой атмосфере, обстановке доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, а также профессиональной требовательности.

Основная форма организации образовательного процесса - групповая. Наполняемость группы не более 15 человек. Занятия сочетают принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Занятия проводятся в группе в форме урока. Основным видом программной работы на уроке является

изучение практического материала**,** в процессе которого затрагиваются теоретические аспекты изучаемого.

Набор в группы проводится посредством подачи заявки в АИС «Навигатор ДО РК».

Программа разработана с учетом обеспечения преемственности данной Отличительными особенностями являются то, что программа разработана на основе собственной практической работы с обучающимися, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учётом интересов детей, их познавательной активности и творческих возможностей. Данная программа позволяет обучаться детям с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и. т. д.), а также позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она должна способствовать подъёму хореографической культуры и отвечать запросам детей и родителей самых широких и различных слоёв общества и различных социальных групп. С другой стороны, обеспечить совершенствование процесса развития и воспитания не только одаренных детей, но и обучающихся не имеющих природных данных.

А также наряду с традиционными методами преподавания хореографии, используются практические разработки новых современных стилей и техник хореографии. В программе, наряду с изучением классической и современной хореографии есть занятия по общефизической, акробатической и пластико-гимнастической подготовке. На занятиях педагог для наиболее полного погружения учащихся в процесс обучения, использует личностно-ориентированный подход. Педагог использует метод импровизации на основе изученных базовых движений и музыкально-ритмических занятий. Для снятия нервного напряжения и зажимов у учащихся, большое внимание уделяется игровой и здоровьесберегающей технологиям.

Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1часу. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах (1 академический час-45 минут).

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год
первый	1час	3 раза	3 часа	33	99 часов
второй	1час	3 раза	3 часа	34	102 часа
третий	1час	3 раза	3 часа	34	102 часа
четвертый	1час	3 раза	3 часа	34	102 часа
пятый	1час	3 раза	3 часа	34	102 часа
ИТОГО					507 часов

Уровень программы

Уровень программы - стартовый (ознакомительный) предназначен для I и II года обучения. Данный уровень предполагает первоначальное знакомство с «Хореографическим искусством», формирует интерес к данному виду творческой деятельности, приобретение первоначального опыта деятельности в данном художественном направлении.

Базовый уровень программы предназначен для III, IV и V года обучения. Данный уровень это основа, на которой строится дальнейшее обучение танцам. Освоение основных техник, развитие музыкальности, координации и эмоционального выражения помогут детям уверенно двигаться к более сложным уровням хореографии.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 5 лет. Общее количество учебных часов, запланированных на данный год обучения, составляет:

I год обучения - 99 часов
II год обучения – 102 часа
III год обучения – 102 часа
IV год обучения – 102 часа
V год обучения – 102 часа
Количество часов за год – 507 часов

Формы аттестации/контроля

Для аттестации обучающихся в коллективе проводится:

- Первичная диагностика – в начале учебного цикла(для 2-5 классов);
- Промежуточная аттестация (на занятиях);
- Итоговая аттестация – в конце учебного цикла.

Формы проведения аттестации:

- открытые занятия для родителей, на которых обучающиеся показывают свои знания, умения, способности;

- отчетный концерт в конце учебного цикла, где обучающиеся показывают через танцевальные постановки все, чему научились.

- выступления на различных мероприятиях, концертах, конкурсах.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся является педагог (руководитель объединения, студии) с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность коллектива. Механизмом оценки роста является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающиеся и коллектив, а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Результат освоения данной программы отслеживается с помощью следующих форм:

• Творческие задания;
• Открытые занятия;
• Концерты;
• Конкурсы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

• Фото достижений.
• Фото и видео отчеты
• Видеозаписи выступлений.
• Мониторинг.
• Грамоты и дипломы.
• Журнал учета педагога.

РАЗДЕЛ №2 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения					Форма аттестации/ контроля
№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	**1**	**1**		опрос
1.	**Раздел 1. Основы классического танца**	**33**	**-**	**33**	
1.1	Тема 1. «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro»	**18**	**-**	**18**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon
1.2.	Тема 2. «Партерный тренаж»	**6**	**-**	**6**	
1.3	Тема 3. «Танцевальный этюд (Маленькое adajio)»	**6**	**-**	**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца
1.4	Итоговый показ	**3**	**-**	**3**	
2.	**Раздел 2. Ритмика**	**33**		**33**	
2.1	Тема 1. «Музыкально-подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия)»	**11**		**11**	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах
2.2	Тема 2. «Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация)»	**10**		**10**	Итоговый показ-выполнение пластических этюдов
2.3	Тема 3. «Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)»	**9**		**9**	Итоговый показ – в виде концертного номера.
2.4	Итоговый показ.	**3**	**-**	**3**	
3	**Раздел 3. Эстрадный танец**	**32**		**32**	
3.1	Тема 1. «Подготовка концертных (конкурсных) номеров»	**15**	**-**	**15**	Итоговый показ – концерт с исполнением

					подготовленных сценических номеров.
3.2	Тема 2. «Постановка детского эстрадного танца»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – танцевальные этюды
3.3	Итоговый показ	**3**	**-**	**3**	
ИТОГО		**99**	**1**	**98**	

2 год обучения					**Форма аттестации/ контроля**
№ п/п	**Наименование раздела, темы**	**Количество часов**			
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	**1**	**1**		опрос
1.	**Раздел 1. Основы классического танца**	**35**	**-**	**35**	
1.1	Тема 1. «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro»	**18**	**-**	**18**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon
1.2	Тема 2. «Партерный тренаж»	**8**	**-**	**8**	
1.3	Тема 3. «Танцевальный этюд (Маленькое adajio)»	**6**	**-**	**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца
	Итоговый показ	**3**	**-**	**3**	
2	**Раздел 2. Ритмика**	**33**		**33**	
2.1	Тема 1. «Музыкально-подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия)»	**11**		**11**	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах
2.2	Тема 2. «Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация)»	**10**		**10**	Итоговый показ-выполнение пластических этюдов
2.3	Тема 3. «Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)»	**9**		**9**	Итоговый показ – в виде концертного номера.

	Итоговый показ.	**3**	**-**	**3**	
3	**Раздел 3. Эстрадный танец**	**33**		**33**	
3.1	Тема 1. «Подготовка концертных (конкурсных) номеров»	**16**	**-**	**16**	Итоговый показ – концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.
3.2	Тема 2. «Постановка детского эстрадного танца»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – танцевальные этюды
	Итоговый показ	**3**	**-**	**3**	
ИТОГО		**102**	**1**	**101**	

3 год обучения					**Форма аттестации/ контроля**
№ п/п	**Наименование раздела, темы**	**Количество часов**			
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	**1**	**1**		опрос
1.	**Раздел 1. Основы классического танца**	**26**	**-**	**26**	
1.1	Тема 1. «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro»	**12**	**-**	**12**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon
1.2	Тема 2. Партерный тренаж	**6**	**-**	**6**	
1.3	Тема 3. Танцевальный этюд из наследия репертуара классического танца (Вариации из балета «Приключения Чиппалино» на маз. К. Хачатуряна)	**6**	**-**	**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
2.	**Раздел 2. Народно-сценический танец**	**27**		**27**	
2.1	Тема 1. «Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира»	**16**		**16**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов
2.2	Тема 2. «Вращения и прыжки на середине зала.»	**3**		**3**	

					мира» на открытом занятии будут представлены упражнения в характере разных народностей
2.3	Тема 3. «Танцевальный этюды (Русский танец, Белорусский танец)»	**6**		**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами народного танца
	Итоговый показ	**2**		**2**	
3	**Раздел 3. Ритмика**	**18**		**18**	
3.1	Тема 1. «Упражнения на выявление ритмического рисунка посредствам движения, с начала любого (простукивание, протопывание, прохлопывание, пропевание и т. д.), а ко второму полугодию – танцевального.»	**8**		**8**	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах
3.2	Тема 2. «Игры на развитие дыхательного аппарата.»	**4**		**4**	Итоговый показ-выполнение пластических этюдов
3.3	Тема 3. «Упражнения на развитие импровизации, на сочинение танцевальных движений»	**4**		**4**	Итоговый показ – в виде концертного номера.
	Итоговый показ.	**2**	**-**	**2**	
4	**Раздел 4. Эстрадный танец**	**30**		**30**	
4.1	Тема 1. «Подготовка концертных (конкурсных) номеров»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.
4.2	Тема 2. «Постановка детского эстрадного танца»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – танцевальные этюды
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
ИТОГО		**102**	**1**	**101**	

4 год обучения					**Форма аттестации/ контроля**
№ п/п	**Наименование раздела, темы**	**Количество часов**			
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	**1**	**1**		опрос
1.	**Раздел 1. Основы классического танца**	**26**	**-**	**26**	

1.1	Тема 1. «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro»	**12**	**-**	**12**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon
1.2	Тема 2. «Партерный тренаж»	**6**	**-**	**6**	
1.3	Тема 3. «Танцевальный этюд из наследия репертуара классического танца (Вариации из балета «Спящая красавица» на маз. П. Чайковский)»	**6**	**-**	**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
2.	**Раздел 2. Народно-сценический танец**	**27**		**27**	
2.1	Тема 1. «Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира»	**16**		**16**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения в характере разных народностей
2.2	Тема 2. «Вращения и прыжки на середине зала.»	**3**		**3**	
2.3	Тема 3. «Танцевальный этюды (Казанские татары, Итальянский народный танец.)»	**6**		**6**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами народного танца
	Итоговый показ	**2**		**2**	
3	**Раздел 3. Современный танец**	**18**		**18**	
3.1	Тема 1. «Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс.»	**6**		**6**	Итоговый показ в форме открытого урока по современному танцу
3.2	Тема 2. «Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.»	**4**		**4**	
3.3	Тема 3 «Этюды и постановочная работа (Афро-джаз)»	**6**		**6**	Итоговый показ – в виде открытого урока.
	Итоговый показ.	**2**	**-**	**2**	
4.	**Раздел 4. Эстрадный танец**	**30**		**30**	
	Тема 1. «Подготовка концертных (конкурсных) номеров»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – концерт с

4.1					исполнением подготовленных сценических номеров.
4.2	Тема 2. «Постановка детского эстрадного танца»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ – танцевальные этюды
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
ИТОГО		**102**	**1**	**101**	

5 год обучения					**Форма аттестации/ контроля**
№ п/п	**Наименование раздела, темы**	**Количество часов**			
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	**1**	**1**		опрос
1.	**Раздел 1. Основы классического танца**	**35**	**-**	**35**	
1.1	Тема 1. «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro»	**14**	**-**	**14**	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon
1.2	Тема 2. «Партерный тренаж»	**10**	**-**	**10**	
1.3	Тема 3. «Танцевальный этюд из наследия репертуара классического танца (Вариации из балета «Спящая красавица» на маз. П. Чайковский)»	**9**	**-**	**9**	Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
2	**Раздел 2. Современный танец**	**30**		**30**	
2.1	Тема 1. «Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс.»	**16**		**16**	Итоговый показ в форме открытого урока по современному танцу
2.2	Тема 2. «Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.»	**4**		**4**	
2.3	Тема 3. «Этюды и постановочная работа (Джаз-модерн)»	**8**		**8**	Итоговый показ – в виде открытого урока.

	Итоговый показ.	**2**	**-**	**2**	
3.	**Раздел 3. Эстрадный танец**	**36**		**36**	
3.1	Тема 1. «Подготовка концертных (конкурсных) номеров»	**18**	**-**	**18**	Итоговый показ – концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.
3.2	Тема 2. «Постановка детского эстрадного танца»	**16**	**-**	**16**	Итоговый показ – танцевальные этюды
	Итоговый показ	**2**	**-**	**2**	
ИТОГО		**102**	**1**	**101**	

РАЗДЕЛ №3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Начало обучения	Окончание обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	Сентябрь	Май	33	99	99	3 раза в неделю по 1 часу (1 академический час 45 минут)
2-5 год	Сентябрь	Май	34	102	102	3 раза в неделю по 1 часу (1 академический час 45 минут)

Начало учебных занятий не ранее первого сентября, окончание – не позднее двадцать шестого мая. Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором. В период школьных каникул кружок работает в соответствии с приказом по учреждению о переходе на каникулярный режим работы (или не работает).

РАЗДЕЛ №4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание I год обучения

Инструктаж по технике безопасности

Учебный предмет имеет следующие разделы:

1. Основы классического танец.
2. Ритмика.
3. Эстрадный танец.

Все разделы программы осваиваются в тесной взаимосвязи друг с другом.

Введение.

Теория. **Хореография - искусство красиво преподнести себя в танце**. **Танец – это вид создания художественного образа, показанного без помощи речи.** Танец – особый и древний вид искусства. В современном танце имеется три направления, включающих в себя народный, классический и современный вид. Происхождение и назначение танцев.

Инструктаж по технике безопасности поведения в аудитории, на сценических площадках.

Раздел.1. Основы классического танца.

Раздел «Основы классического танца» включает в себя следующие компоненты:

1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.
2. Партерный тренаж.

Раздел «Классический танец» входит в программу, как значительный, особо важный этап процесса реализации программы и предназначен для развития выворотности и силы ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

На уроках классического танца дети развивают силу ног, корпуса, рук, вырабатывают красивую осанку. Занятия по классическому танцу имеют цель - содействовать их эстетическому, нравственному и физическому развитию. Выступление классических этюдов, маленьких танцевальных композиций, просмотр балетных фильмов, беседы о искусстве балета, приобщает детей к духовному воспитанию и профессионализму танцевального искусства.

Педагог ведет занятия, соединяя краткий теоретический материал с определённо выстроенными практическими занятиями и обсуждением пройденного.

1.1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.

Тема 1.1.1 Экзерсис у станка.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения у станка, наименование упражнений у станка в классическом танце (французская и русская терминология). Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание классических позиций ног и рук. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete..

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.2. Экзерсис на середине зала.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения на середине зала, наименование упражнений на середине зала в классическом танце (французская и русская терминология***)***. Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.3. Allegro.

Теория. Музыкальный размер прыжковой части урока. Объяснение техники исполнения прыжков.

Практические занятия. Прыжковые упражнения направлены на развитие силы и эластичности мышц ног. Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete, sissonne simple.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

1.2. Партерный тренаж.

Практические занятия.

Тема1.2.1. Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.

Тема 1.2.2. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.

Тема 1.2.3. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.

Тема 1.2.4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Тема 1.2.5. Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.

Тема 1.2.6. Упражнения stretch-характера.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

1.3. Танцевальный этюд (Маленькое adajio).

Практические занятия.

Тема 1.3.1. Выбор материала.

Тема 1.3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Тема 1.3.3. Изучение танцевальных движений.

Тема 1.3.4. Композиционное построение.

Тема 1.3.5. Соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 1.3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках

Тема 1.3.7. Исполнение танцевального этюда.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

1.4. Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага,

работа на ballon

1.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца

Раздел.2. Ритмика.

Главным направлением первого года обучения по разделу «Ритмика» является важной дисциплиной в эстетическом цикле дополнительного образования. Поскольку происходит формирование знаний в области хореографической культуры, развитие творческих способностей обучающихся.

Ритмика предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и “мышечного чувства”, формирование художественнотворческих способностей. В “век гиподинамии” ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

2.1. Музыкально подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия)

Тема 2.1.1.

***Теория*.** Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

***Практика*.** Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка. Примерный репертуар: «Мама», « Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок…, «Кто быстрее», «Бабочки», «Сорока-ворона», «Попрыгаем вместе», «Мишка и зайка», «Кто выше».

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.1.2.

***Теория*.** Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли.

***Практика*.** Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево. Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка. Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп. Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки по 6-ой позиции по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.1.3.

***Практика*.** Музыкально-подвижные игры.

Примеры игр:

«Музыкальные змейки» - игра на развитие внимания, памяти, мышления, координации движения.

Дети делятся на три подгруппы, построенные в колонны в определенном месте зала. Каждая подгруппа выбирает себе определенную мелодию, ее можно использовать из мультфильмов или детских сказок. Как только зазвучит1-я мелодия, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в такт музыке за впереди стоящим. Но как только заиграет другая мелодия — правая колонна принимает упор присев, а другая движется и т.д. Если звучит музыка, невыбранная командами, — дети идут на свои места. Победит колонна, которая построится быстрее и раньше.

«Зеркала» - игра на совершенствование двигательных навыков, координации движений, внимания.

Дети свободно стоят по залу. Они – «зеркала». Один ребенок — водящий. Он пришел в магазин, где много «зеркал». Отражение (копирование его движений) может быть во всех «зеркалах» одновременно, либо показываться в одном-двух. Невнимательное «зеркало» выбывает из игры.

«Найди свое место» - игра на развитие быстроты, ловкости, памяти.

Дети стоят в шеренге. Звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке (бегают, прыгают, играют). Музыка прекращается, дети ищут свое место в шеренге. Руководитель отмечает тех, кто правильно занял свое место.

«Самолеты» - игра на ориентацию в пространстве. «Не теряй пару» -игра на развитие внимания, координации движений.

Дети стоят на своих местах, изображая самолет (стоя на одном колене держат руки в стороны, изображая крылья самолета). Педагог: «Пилоты готовы к полету?» Дети: «Готовы!» Педагог: «Заводим моторы!» (дети выполняют движение «вертушка», сидя на одном колене). Педагог: «Набрал самолет высоту!» (дети выполняют движение «ласточка»). Под музыку легким бегом на носках дети бегут друг за другом по кругу. По голосовому сигналу педагога: «Самолеты на посадку!» дети должны прибежать на свои места и сесть в исходное положение. Игра начинается с начало.

«Волшебный платок» - игра на внимание.

Под музыку дети исполняют танцевальное движение (н-р: «подскок») двигаясь по залу. По окончании музыкальной фразы дети садятся на колени и закрывают глаза. Педагог накрывает одного ребенка большим платком. По голосовому сигналу дети открывают глаза. Задача ребят внимательно посмотреть на своих сверстников и угадать, кто находится под платком. Затем игра начинается с начало.

«Канон» - упражнение на развить волевого внимания, развитие чувства ритма.

Встать в круг, друг за другом. Руки положить на плечи впереди стоящего. Услышав первый такт музыки, поднимаем правую руку вверх первый, на второй- второй и т.д. Когда правую руку поднимут все , на очередной такт начинают поднимать в том же порядке левую руку. Подняв левую руку, также под музыку по очереди опускаем руки вниз.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.2. Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация). ***Практические занятия.***

Тема 2.2.1. Разминка. Роль разминки в учебном процессе очень важна, она помогает детям разогреть и включиться в репетиционный процесс без риска получить травму или заболевание. Но самое главное, не только научить ребенка разогреваться, а повысить у него мотивацию к здоровому образу жизни, воспитать культуру здоровья, научить его пользоваться этими знаниями самостоятельно.

Разминку на своих занятиях я начинаю с головы, и разминаем все части тела поочередно:

1. Голова:
- наклоны вправо, влево, вперед, назад;
- повороты вправо, влево;
- круговые движения.
2. Плечи:
- вверх, вниз;
- поочередно вверх, вниз;
- круговые движения назад, вперед;
- круговые движения поочередно назад, вперед.
3. Руки:
- разминка пальчиков;
- круговые движения кистью, с подниманием и опусканием рук;
- вращения от локтя вперед, назад, поочередно;
- «мельница» от плеча.
4. Грудная клетка:
- смещение вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения.
5. Талия:
- наклоны вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения.
6. Бедра:
- смещение вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения;
- «восьмерка».
7. Ноги:
- шаг вправо, сгибаем левое колено достаем до противоположного локтя, повторить в другую сторону;
- наклон вперед, согнуть колени, выпрямить колени, поднять туловище;
- подняться на носочки, поочередно опускаем пятки на пол;
- прыжки ноги вместе, быстрые, затяжные.

Для младших школьников я использую игровую разминку:

Зайцы.

Скачут, скачут во лесочке
Зайцы – серые клубочки.
Руки возле груди, как лапки у зайцев; прыжки.
Прыг – скок, прыг – скок –
Встал зайчонок на пенек.
Прыжки вперед – назад.
Всех построил по порядку, стал показывать зарядку.
Раз! Шагают все на месте.
Два! Руками машут вместе.
Три! Присели, дружно встали.
Все за ушком почесали.
На четыре потянулись.
Пять! Прогнулись и нагнулись.
Шесть! Все встали дружно в ряд,
Зашагали как отряд.
Мишка.
Мишка ходит косолапый, сильно расставляя лапы.
Изображаем, как переваливаясь, ходит мишка.
Белка прыгает по лесу – рыжехвостая принцесса.
Подпрыгиваем.
Очень плавно и без страха ходит в поле черепаха.
Становимся на четвереньки и медленно передвигаемся.
Лошадь бегает рысцою и прокатит нас с тобой.
Бегаем, перебирая ногами, как лошадь.
Ну, а цапля, чуд-птица, длинноногая девица,
Простояла, словно свечка, на одной ноге весь вечер!
Все поджимают одну ногу и стоят так, кто сколько выдержит.

Движение стимулирует процессы, развитие и формирование организма, способствует становлению и совершенствованию психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, способствует повышению общего тонуса.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.2. Танцевальная мозаика. Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану. А также самостоятельную этюдную работу. Развивают творческие способности детей; умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.3. Творческая импровизация. Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется». – Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Музыкально-подвижная играна определение характера музыкального произведения. Дети прослушивают музыкальное произведение, а затем стараются изобразить в движениях тех героев, которых композитор изобразил в музыке(кота, лисичку, птичку, лошадку и других). – Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. «Танец бабочек», «Кружатся осенние листья», «Карусельные лошадки» (песня «Карусельные лошадки», Б. Савельев, М. Пляцковский).

Импровизация живых существ. Образы различных живых существ: человека, кошки, собачки, змеи, рыбки, птицы, балерины, лягушки, бабочки, королевы, принца, зайца.

Импровизация природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка.

Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.3. Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения) ***Практические занятия.***

Тема 2.3.1. Коллективная работа, в паре, сольно.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунка танца: круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ и др.

Виды фигур: круг в круге, «звёздочка», воротца и др.

Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.3.2. Танцевальные шаги.

Виды ходьбы

Бодрый шаг - обыкновенный шаг, но более устремленный и решительный. Взмахи рук (вперед-назад) активные, сильные, их движение идет от плеча. Корпус устремлен по направлению движения, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, что способствует удлинению шага. При выполнении бодрого шага необходимы хорошая осанка, поднятая голова (взгляд выше идущего впереди товарища).

Спортивно-торжественная ходьба выражает активность, жизнерадостность, приподнятость физкультурных и праздничных маршей. Нога ступает с носка (а не с подушечки, как в бодром шаге), маховые движения рук более энергичны, осанка прямая, все мышцы работают сильно и четко.

Спокойный шаг - неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню, взмахи рук свободные. В спокойной ходьбе нет устремленности, настроение уравновешенное, безмятежное благодаря спокойному однообразному характеру музыкального сопровождения.

Высокий шаг соответствует мужественной, решительной, четкой музыке; движение активное - оно связывается с представлением о том, как идут солдаты, или с игровыми образами шагающих петрушек, лошадок на манеже, образами кузнечиков, аистов и т.д. При высоком шаге свободная нога, согнутая в колене, резко поднимается вперед, бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Корпус прямой, голова поднята, руки со сжатыми в кулак кистями помогают движению энергичными махами - одной вперед, другой назад; когда поднимается правая нога, вперед выносится левая рука и наоборот. Нога опускается на пол с притопом; шаг небольшой, но настойчивый и решительный. Положение рук может меняться в зависимости от образов.

Шаг на носках - нога ставится на полупальцы, пятка отделяется от пола. Колени при этом втягиваются, шаги плавные, без толчков. Сохраняется хорошая непринужденная осанка, руки кладутся на пояс или поднимаются в стороны.

Тихая, осторожная ходьба - ноги ставятся мягко на всю ступню, беззвучно, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, корпус несколько наклоняется вперед, движение рук снимается.

Пружинистый шаг - на каждом шаге нога мягко опускается на всю ступню

(начиная с подушечки), слегка прогибается в колене и сразу выпрямляется, поднимаясь на полупальцы. Движение вниз и вверх непрерывное, равномерное, спокойное. Каждый шаг равен четверти. Пульсирующий ритм придает походке слегка танцевальный характер.

Виды бега

Легкий бег - осанка ненапряженная, движение рук свободное. Ноги упруго отталкиваются от пола и мягко приземляются. Форма и выразительность его зависят от характера и темпа музыки.

*Неторопливый***,** танцевальный или *пружинистый* бег, это, по существу, цепь легких пружинистых прыжков с одной ноги на другую. Величина их и устремленность бега меняются в зависимости от музыки.

Стремительный бег обычно исполняется без музыки или под громкое, стремительное музыкальное заключение. Корпус сильно выносится вперед, руки согнуты в локтях, ноги сильно и быстро отталкиваются от пола. Движения собранные, целенаправленные, динамичные.

Широкий бег - бег большими скачками (как будто перепрыгивая через воображаемые препятствия). Корпус сильно выносится вперед, ноги энергично отталкиваются от пола, руки выполняют сильные взмахи - одна вперед, другая назад.

Высокий бег - нога, согнутая в колене, поднимается вверх, корпус прямой и слегка откинут назад. Ноги с силой отталкиваются от пола, носки оттянуты вниз.

Прыжковые движения

Прыжки на двух ногах могут использоваться с большим и меньшим отскоком от пола в зависимости от звучащей музыки. Приземление на переднюю часть стопы бесшумное, при этом колени мягко сгибаются. Корпус всегда должен оставаться прямым. В легких прыжках работают главным образом ступни, в сильных (с высокими отскоками) - более энергичные и сильные движения всей ноги, а иногда и при помощи взмахов рук. Прыжки на двух ногах бывают на месте, с продвижением вперед, в кружении. Встречаются прыжки на одной ноге, со сменой ног, прыжки ноги вместе - врозь или одна вперед - другая назад.

Подскоки с ноги на ногу

Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой - шестнадцатая). Движение легкого подскока - скользящее, полетное, почти без вертикального отскока от пола. Нога лишь слегка выносится вперед.

Сильные подскоки соответствуют энергичной, веселой, громкой музыке. Свободная нога, согнутая в колене, поднимается вперед до горизонтального положения: руки выполняют сильные маховые движения вперед-назад, что влечет за собой сильный отскок. Энергичный толчок ногами придает движению вертикальность (продвижение вперед небольшое). Начинать разучивание подскоков легче с сильных, чтобы дети овладели техникой движения. Легкие и сильные подскоки исполняются с продвижением вперёд, на месте, при кружении. Подготовительными упражнениями к подскокам являются пружинки, пружинящий шаг и бег, высокий шаг и бег.

Прямой галоп - движение «лошадок» - исходное положение - третья позиция. Правя нога быстро и резко поднимается вперед с согнутым коленом, затем сильно ударяется носком о пол; левая нога прыжком приставляется к правой, как бы выталкивая ее из следующего шага, корпус и голова держатся прямо (всадник крепко и прямо сидит на коне). «Лошадь» скачет, высоко перепрыгивая, перескакивая через воображаемое препятствия (ручейки, канавки, поваленные деревья,, бревна).

Эти движения изучаются на уроках ритмики не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу

для других, подготавливают к их быстрому освоению. Так, например, пружинки подготавливают двигательный аппарат к освоению пружинящего

шага. Пружинящий шаг, затем высокий шаг и бег подготавливают к выполнению подскоков.

При проведении педагогической практики часто наблюдается, что некоторые дети не умеют отразить в своем исполнительстве характер того или иного произведения детского репертуара, затрудняются в правильной передаче темпа. Подробная проработка музыкально-ритмического материала на занятии, повторение и закрепление в самостоятельной работе дома, тщательная подготовка к педагогической практике помогает преодолеть недостатки.

В конце данного раздела и всех последующих будут предложены образцы материала из детского репертуара.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.3.3. Групповые ритмические танцы

Особенности исполнения движений танца. Основы ритмических движений. Упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп. Данный раздел включает в себя композицию, постановку и репетицию танца.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.4. Итоговый показ - в форме небольших игровых танцах.

2.5. Итоговый показ – выполнение пластических этюдов.

Раздел 3. Эстрадный танец.

3.1. Подготовка концертных (конкурсных) номеров.

Практические занятия.

Эстрадный танец — это вид сценического танца, чаще развлекательного характера, построенный на лаконичных средствах хореографической выразительности.

Это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в чётком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Главной целью постановки концертных номеров является сценическая практика учащихся и развитие творческих способностей в различных жанрах и стилях.

Выбор материала для подготовки номеров, в первую очередь, зависит от тематики концертов, поэтому подбор репертуара должен быть различной направленности (к календарным праздникам, к знаменательным датам, к тематическим школьным мероприятиям), в зависимости от способностей детей.

Характерные черты концертного номера - четкая лаконичная композиция, интригующая завязка, острая кульминация, финал и отточенная внешняя форма.

Концертная программа обычно складывается из множества разнообразных номеров, поэтому главной особенностью концертного номера является его кратковременность, доходчивость и легкость восприятия.

Концертный номер должен быть ярким, динамичным, лаконичным и сразу включить внимание зрителя.

Работа над конкурсными номерами имеет свои отличительные особенности. При работе надо учитывать, что психологическая нагрузка на ученика будет существенной, так как конкурсные выступления и подготовка к ним вызывают чрезмерное эмоциональное волнение у участников конкурса. Наряду с тем, что любой конкурс является стрессом для конкурсанта, он воспитывает в нем умение собираться, настраиваться, концентрироваться, владеть собой и противостоять любым неожиданностям, возникающим в процессе исполнения программы, а также развивать чувство конкурентоспособности и умения проигрывать, «держать удар».

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.2. Постановка детского эстрадного танца.

Практические занятия.

В базовом понимании хореографа существует три составляющих проекта.

Первое – музыка. Услышав музыкальный трек, мы наполовину сделали уже готовый проект. Можно сразу увидеть какой-то образ для танца. Но это не главная составляющая. Идея изначально может прийти без музыки, совершенно случайно.

Следующее - это образ. Если у вас есть картинка в голове, задумка, примерно как должно это выглядеть, в каком костюме, в стиле, либо история, какую хотели вы донести до зрителя. Возможно, это и есть та идея, чтобы потом в дальнейшем уже специально искать музыку. И потом подбирать движения, просто взяв придуманную картинку.

Третий путь возникновения хореографической идеи или вдохновения - движение. То с чего возможно некоторые хореографы даже начинают, то есть у них есть определенная база движений. Даже если это будет немного, но знаете с чем работать, что хотите делать. И уже по движениям подбираете музыку. Примерно, в каком стиле, и в каком темпе будут движения, подбираете музыкальный ряд под ваш образ.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.3. Итоговый показ - концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.

Содержание II год обучения

Инструктаж по технике безопасности

Учебный предмет имеет следующие разделы:

1. Основы классического танец.
2. Ритмика.
3. Эстрадный танец.

Все разделы программы осваиваются в тесной взаимосвязи друг с другом.

Введение.

Теория. **Беседа «История развития танцев»**

Танец – это вид создания художественного образа, показанного без помощи речи. Балет «История танца». Почему в XIX веке балерины встали на пуанты, а в XX веке переобулись в кроссовки? Что современного в современном танце и чем отличается танец модерн от постмодерна? И — главное — почему люди танцуют, сколько они себя помнят?

Инструктаж по технике безопасности поведения в аудитории, на сценических площадках.

Раздел.1. Основы классического танца.

Раздел «Основы классического танца» включает в себя следующие компоненты:

1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.
2. Партерный тренаж.

Раздел «Классический танец» входит в программу, как значительный, особо важный этап процесса реализации программы и предназначен для развития выворотности и силы ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

На уроках классического танца дети развивают силу ног, корпуса, рук, вырабатывают красивую осанку. Занятия по классическому танцу имеют цель - содействовать их эстетическому, нравственному и физическому развитию. Выступление классических этюдов, маленьких танцевальных композиций, просмотр балетных фильмов, беседы о искусстве балета, приобщает детей к духовному воспитанию и профессионализму танцевального искусства.

Педагог ведет занятия, соединяя краткий теоретический материал с определённо выстроенными практическими занятиями и обсуждением пройденного.

1.2. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.

Тема 1.1.1 Экзерсис у станка.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения у станка, наименование упражнений у станка в классическом танце (французская и русская терминология). Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete..

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.2. Экзерсис на середине зала.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения на середине зала, наименование упражнений на середине зала в классическом танце (французская и русская терминология***)***. Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.3. Allegro.

Теория. Музыкальный размер прыжковой части урока. Объяснение техники исполнения прыжков.

Практические занятия. Прыжковые упражнения направлены на развитие силы и эластичности мышц ног. Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete, sissonne simple

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

1.2. Партерный тренаж.

Практические занятия.

Тема1.2.1. Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.

Тема 1.2.2. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.

Тема 1.2.3. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.

Тема 1.2.4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Тема 1.2.5. Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.

Тема 1.2.6. Упражнения stretch-характера.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

1.3. Танцевальный этюд (Маленькое adajio).

Практические занятия.

Тема 1.3.1. Выбор материала.

Тема 1.3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Тема 1.3.3. Изучение танцевальных движений.

Тема 1.3.4. Композиционное построение.

Тема 1.3.5. Соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 1.3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках

Тема 1.3.7. Исполнение танцевального этюда.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

1.4. Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon

1.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца

Раздел.2. Ритмика

Главным направлением первого года обучения по разделу «Ритмика» является важной дисциплиной в эстетическом цикле дополнительного образования. Поскольку происходит формирование знаний в области хореографической культуры, развитие творческих способностей обучающихся.

Ритмика предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и “мышечного чувства”, формирование художественнотворческих способностей. В “век гиподинамии” ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

2.1 Музыкально подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия)

Тема 2.1.1.

Теория. Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика. Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка. Примерный репертуар: «Мама», « Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок…, «Кто быстрее», «Бабочки», «Сорока-ворона», «Попрыгаем вместе», «Мишка и зайка», «Кто выше».

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.1.2.

Теория. Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли.

Практика. Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево. Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка. Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп. Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки по 6-ой позиции по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.1.3.

Практика. Музыкально-подвижные игры.

Примеры игр:

«Музыкальные змейки» - игра на развитие внимания, памяти, мышления, координации движения.

Дети делятся на три подгруппы, построенные в колонны в определенном месте зала. Каждая подгруппа выбирает себе определенную мелодию, ее можно использовать из мультфильмов или детских сказок. Как только зазвучит1-я мелодия, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в такт музыке за впереди стоящим. Но как только заиграет другая мелодия — правая колонна принимает упор присев, а другая движется и т.д. Если звучит музыка,

невыбранная командами, — дети идут на свои места. Победит колонна, которая построится быстрее и раньше.

«Зеркала» - игра на совершенствование двигательных навыков, координации движений, внимания.

Дети свободно стоят по залу. Они – «зеркала». Один ребенок — водящий. Он пришел в магазин, где много «зеркал». Отражение (копирование его движений) может быть во всех «зеркалах» одновременно, либо показываться в одном-двух. Невнимательное «зеркало» выбывает из игры.

«Найди свое место» - игра на развитие быстроты, ловкости, памяти.

Дети стоят в шеренге. Звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке (бегают, прыгают, играют). Музыка прекращается, дети ищут свое место в шеренге. Руководитель отмечает тех, кто правильно занял свое место.

«Самолеты» - игра на ориентацию в пространстве. «Не теряй пару» -игра на развитие внимания, координации движений.

Дети стоят на своих местах, изображая самолет (стоя на одном колене держат руки в стороны, изображая крылья самолета). Педагог: «Пилоты готовы к полету?» Дети: «Готовы!» Педагог: «Заводим моторы!» (дети выполняют движение «вертушка», сидя на одном колене). Педагог: «Набрал самолет высоту!» (дети выполняют движение «ласточка»). Под музыку легким бегом на носках дети бегут друг за другом по кругу. По голосовому сигналу педагога: «Самолеты на посадку!» дети должны прибежать на свои места и сесть в исходное положение. Игра начинается с начало.

«Волшебный платок» - игра на внимание.

Под музыку дети исполняют танцевальное движение (н-р: «подскок») двигаясь по залу. По окончании музыкальной фразы дети садятся на колени и закрывают глаза. Педагог накрывает одного ребенка большим платком. По голосовому сигналу дети открывают глаза. Задача ребят внимательно посмотреть на своих сверстников и угадать, кто находится под платком. Затем игра начинается с начало.

«Канон» - упражнение на развить волевого внимания, развитие чувства ритма.

Встать в круг, друг за другом. Руки положить на плечи впереди стоящего. Услышав первый такт музыки, поднимаем правую руку вверх первый, на второй- второй и т.д. Когда правую руку поднимут все , на очередной такт начинают поднимать в том же порядке левую руку. Подняв левую руку, также под музыку по очереди опускаем руки вниз.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.3. Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация). ***Практические занятия.***

Тема 2.2.1. Разминка. Роль разминки в учебном процессе очень важна, она помогает детям разогреть и включиться в репетиционный процесс без риска получить травму или заболевание. Но самое главное, не только научить ребенка разогреваться, а повысить у него мотивацию к здоровому образу жизни,

воспитать культуру здоровья, научить его пользоваться этими знаниями самостоятельно.

Разминку на своих занятиях я начинаю с головы, и разминаем все части тела поочередно:

1. Голова:
- наклоны вправо, влево, вперед, назад;
- повороты вправо, влево;
- круговые движения.
2. Плечи:
- вверх, вниз;
- поочередно вверх, вниз;
- круговые движения назад, вперед;
- круговые движения поочередно назад, вперед.
3. Руки:
- разминка пальчиков;
- круговые движения кистью, с подниманием и опусканием рук;
- вращения от локтя вперед, назад, поочередно;
- «мельница» от плеча.
4. Грудная клетка:
- смещение вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения.
5. Талия:
- наклоны вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения.
6. Бедра:
- смещение вправо, влево, вперед, назад;
- круговые движения;
- «восьмерка».
7. Ноги:
- шаг вправо, сгибаем левое колено достаем до противоположного локтя, повторить в другую сторону;
- наклон вперед, согнуть колени, выпрямить колени, поднять туловище;
- подняться на носочки, поочередно опускаем пятки на пол;
- прыжки ноги вместе, быстрые, затяжные.

Для младших школьников я использую игровую разминку:

Зайцы.

Скачут, скачут во лесочке
Зайцы – серые клубочки.
Руки возле груди, как лапки у зайцев; прыжки.
Прыг – скок, прыг – скок –
Встал зайчонок на пенек.
Прыжки вперед – назад.
Всех построил по порядку, стал показывать зарядку.
Раз! Шагают все на месте.

Два! Руками машут вместе.
Три! Присели, дружно встали.
Все за ушком почесали.
На четыре потянулись.
Пять! Прогнулись и нагнулись.
Шесть! Все встали дружно в ряд,
Зашагали как отряд.

Мишка.

Мишка ходит косолапый, сильно расставляя лапы.
Изображаем, как переваливаясь, ходит мишка.
Белка прыгает по лесу – рыжехвостая принцесса.
Подпрыгиваем.
Очень плавно и без страха ходит в поле черепаха.
Становимся на четвереньки и медленно передвигаемся.
Лошадь бегает рысцою и прокатит нас с тобой.
Бегаем, перебирая ногами, как лошадь.
Ну, а цапля, чуд-птица, длинноногая девица,
Простояла, словно свечка, на одной ноге весь вечер!
Все поджимают одну ногу и стоят так, кто сколько выдержит.

Движение стимулирует процессы, развитие и формирование организма, способствует становлению и совершенствованию психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, способствует повышению общего тонуса.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.2. Танцевальная мозаика. Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану. А также самостоятельную этюдную работу. Развивают творческие способности детей; умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.3. Творческая импровизация. Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется». – Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Музыкально-подвижная играна определение характера музыкального произведения. Дети прослушивают музыкальное произведение, а затем стараются изобразить в движениях тех героев, которых композитор изобразил в музыке(кота, лисичку, птичку, лошадку и других). – Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. «Танец бабочек»,

«Кружатся осенние листья», «Карусельные лошадки» (песня «Карусельные лошадки», Б. Савельев, М. Пляцковский).

Импровизация живых существ. Образы различных живых существ: человека, кошки, собачки, змеи, рыбки, птицы, балерины, лягушки, бабочки, королевы, принца, зайца.

Импровизация природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка.

Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.3. Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения) ***Практические занятия.***

Тема 2.3.1. Коллективная работа, в паре, сольно.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунка танца: круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ и др.

Виды фигур: круг в круге, «звёздочка», воротца и др.

Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.3.2. Танцевальные шаги.

Виды ходьбы

Бодрый шаг - обыкновенный шаг, но более устремленный и решительный. Взмахи рук (вперед-назад) активные, сильные, их движение идет от плеча. Корпус устремлен по направлению движения, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, что способствует удлинению шага. При выполнении бодрого шага необходимы хорошая осанка, поднятая голова (взгляд выше идущего впереди товарища).

Спортивно-торжественная ходьба выражает активность, жизнерадостность, приподнятость физкультурных и праздничных маршей. Нога ступает с носка (а не с подушечки, как в бодром шаге), маховые движения рук более энергичны, осанка прямая, все мышцы работают сильно и четко.

Спокойный шаг - неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню, взмахи рук свободные. В спокойной ходьбе нет устремленности, настроение уравновешенное, безмятежное благодаря спокойному однообразному характеру музыкального сопровождения.

Высокий шаг соответствует мужественной, решительной, четкой музыке; движение активное - оно связывается с представлением о том, как идут

солдаты, или с игровыми образами шагающих петрушек, лошадок на манеже, образами кузнечиков, аистов и т.д. При высоком шаге свободная нога, согнутая в колене, резко поднимается вперед, бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Корпус прямой, голова поднята, руки со сжатыми в кулак кистями помогают движению энергичными махами - одной вперед, другой назад; когда поднимается правая нога, вперед выносится левая рука и наоборот. Нога опускается на пол с притопом; шаг небольшой, но настойчивый и решительный. Положение рук может меняться в зависимости от образов.

Шаг на носках - нога ставится на полупальцы, пятка отделяется от пола. Колени при этом втягиваются, шаги плавные, без толчков. Сохраняется хорошая непринужденная осанка, руки кладутся на пояс или поднимаются в стороны.

Тихая, осторожная ходьба - ноги ставятся мягко на всю ступню, беззвучно, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, корпус несколько наклоняется вперед, движение рук снимается.

Пружинистый шаг - на каждом шаге нога мягко опускается на всю ступню

(начиная с подушечки), слегка прогибается в колене и сразу выпрямляется, поднимаясь на полупальцы. Движение вниз и вверх непрерывное, равномерное, спокойное. Каждый шаг равен четверти. Пульсирующий ритм придает походке слегка танцевальный характер.

Виды бега

Легкий бег - осанка ненапряженная, движение рук свободное. Ноги упруго отталкиваются от пола и мягко приземляются. Форма и выразительность его зависят от характера и темпа музыки.

Неторопливый, танцевальный или *пружинистый* бег, это, по существу, цепь легких пружинистых прыжков с одной ноги на другую. Величина их и устремленность бега меняются в зависимости от музыки.

Стремительный бег обычно исполняется без музыки или под громкое, стремительное музыкальное заключение. Корпус сильно выносится вперед, руки согнуты в локтях, ноги сильно и быстро отталкиваются от пола. Движения собранные, целенаправленные, динамичные.

Широкий бег - бег большими скачками (как будто перепрыгивая через воображаемые препятствия). Корпус сильно выносится вперед, ноги энергично отталкиваются от пола, руки выполняют сильные взмахи - одна вперед, другая назад.

Высокий бег - нога, согнутая в колене, поднимается вверх, корпус прямой и слегка откинут назад. Ноги с силой отталкиваются от пола, носки оттянуты вниз.

Прыжковые движения

Прыжки на двух ногах могут использоваться с большим и меньшим отскоком от пола в зависимости от звучащей музыки. Приземление на переднюю часть стопы бесшумное, при этом колени мягко сгибаются. Корпус

всегда должен оставаться прямым. В легких прыжках работают главным образом ступни, в сильных (с высокими отскоками) - более энергичные и сильные движения всей ноги, а иногда и при помощи взмахов рук. Прыжки на двух ногах бывают на месте, с продвижением вперед, в кружении. Встречаются прыжки на одной ноге, со сменой ног, прыжки ноги вместе - врозь или одна вперед - другая назад.

Подскоки с ноги на ногу

Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой - шестнадцатая). Движение легкого подскока - скользящее, полетное, почти без вертикального отскока от пола. Нога лишь слегка выносится вперед.

Сильные подскоки соответствуют энергичной, веселой, громкой музыке. Свободная нога, согнутая в колене, поднимается вперед до горизонтального положения: руки выполняют сильные маховые движения вперед-назад, что влечет за собой сильный отскок. Энергичный толчок ногами придает движению вертикальность (продвижение вперед небольшое). Начинать разучивание подскоков легче с сильных, чтобы дети овладели техникой движения. Легкие и сильные подскоки исполняются с продвижением вперёд, на месте, при кружении. Подготовительными упражнениями к подскокам являются пружинки, пружинящий шаг и бег, высокий шаг и бег.

Прямой галоп - движение «лошадок» - исходное положение - третья позиция. Правя нога быстро и резко поднимается вперед с согнутым коленом, затем сильно ударяется носком о пол; левая нога прыжком приставляется к правой, как бы выталкивая ее из следующего шага, корпус и голова держатся прямо (всадник крепко и прямо сидит на коне). «Лошадь» скачет, высоко перепрыгивая, перескакивая через воображаемое препятствия (ручейки, канавки, поваленные деревья,, бревна).

Эти движения изучаются на уроках ритмики не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу

для других, подготавливают к их быстрому освоению. Так, например, пружинки подготавливают двигательный аппарат к освоению пружинящего шага. Пружинящий шаг, затем высокий шаг и бег подготавливают к выполнению подскоков.

При проведении педагогической практики часто наблюдается, что некоторые дети не умеют отразить в своем исполнительстве характер того или иного произведения детского репертуара, затрудняются в правильной передаче темпа. Подробная проработка музыкально-ритмического материала на занятии, повторение и закрепление в самостоятельной работе дома, тщательная подготовка к педагогической практике помогает преодолеть недостатки.

В конце данного раздела и всех последующих будут предложены образцы материала из детского репертуара.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.3.3. Групповые ритмические танцы

Особенности исполнения движений танца. Основы ритмических движений. Упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп. Данный раздел включает в себя композицию, постановку и репетицию танца.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

2.4. Итоговый показ - в форме небольших игровых танцах.

2.5. Итоговый показ – выполнение пластических этюдов.

Раздел 3. Эстрадный танец.

3.1. Подготовка концертных (конкурсных) номеров.

Практические занятия.

Эстрадный танец — это вид сценического танца, чаще развлекательного характера, построенный на лаконичных средствах хореографической выразительности.

Это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в чётком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Главной целью постановки концертных номеров является сценическая практика учащихся и развитие творческих способностей в различных жанрах и стилях.

Выбор материала для подготовки номеров, в первую очередь, зависит от тематики концертов, поэтому подбор репертуара должен быть различной направленности (к календарным праздникам, к знаменательным датам, к тематическим школьным мероприятиям), в зависимости от способностей детей.

Характерные черты концертного номера - четкая лаконичная композиция, интригующая завязка, острая кульминация, финал и отточенная внешняя форма.

Концертная программа обычно складывается из множества разнообразных номеров, поэтому главной особенностью концертного номера является его кратковременность, доходчивость и легкость восприятия. Концертный номер должен быть ярким, динамичным, лаконичным и сразу включить внимание зрителя.

Работа над конкурсными номерами имеет свои отличительные особенности. При работе надо учитывать, что психологическая нагрузка на ученика будет существенной, так как конкурсные выступления и подготовка к ним вызывают чрезмерное эмоциональное волнение у участников конкурса. Наряду с тем, что любой конкурс является стрессом для конкурсанта, он воспитывает в нем умение собираться, настраиваться, концентрироваться, владеть собой и противостоять любым неожиданностям, возникающим в процессе исполнения программы, а также развивать чувство конкурентоспособности и умения проигрывать, «держать удар».

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и

получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.2. Постановка детского эстрадного танца.

Практические занятия.

В базовом понимании хореографа существует три составляющих проекта.

Первое – музыка. Услышав музыкальный трек, мы наполовину сделали уже готовый проект. Можно сразу увидеть какой-то образ для танца. Но это не главная составляющая. Идея изначально может прийти без музыки, совершенно случайно.

Следующее - это образ. Если у вас есть картинка в голове, задумка, примерно как должно это выглядеть, в каком костюме, в стиле, либо история, какую хотели вы донести до зрителя. Возможно, это и есть та идея, чтобы потом в дальнейшем уже специально искать музыку. И потом подбирать движения, просто взяв придуманную картинку.

Третий путь возникновения хореографической идеи или вдохновения - движение. То с чего возможно некоторые хореографы даже начинают, то есть у них есть определенная база движений. Даже если это будет немного, но знаете с чем работать, что хотите делать. И уже по движениям подбираете музыку. Примерно, в каком стиле, и в каком темпе будут движения, подбираете музыкальный ряд под ваш образ.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.3. Итоговый показ - концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.

Содержание III год обучения

Инструктаж по технике безопасности

Учебный предмет имеет следующие разделы:

1. Основы классического танец.
2. Народно-сценический танец
2. Ритмика.
3. Эстрадный танец.

Все разделы программы осваиваются в тесной взаимосвязи друг с другом.

Раздел.1. Основы классического танца.

Раздел «Основы классического танца» включает в себя следующие компоненты:

1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.
2. Партерный тренаж.

Раздел «Классический танец» входит в программу, как значительный, особо важный этап процесса реализации программы и предназначен для развития выворотности и силы ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

На уроках классического танца дети развивают силу ног, корпуса, рук, вырабатывают красивую осанку. Занятия по классическому танцу имеют цель - содействовать их эстетическому, нравственному и физическому развитию.

Выступление классических этюдов, маленьких танцевальных композиций, просмотр балетных фильмов, беседы о искусстве балета, приобщает детей к духовному воспитанию и профессионализму танцевального искусства.

Педагог ведет занятия, соединяя краткий теоретический материал с определённо выстроенными практическими занятиями и обсуждением пройденного.

1.3. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.

Тема 1.1.1 Экзерсис у станка.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения у станка, наименование упражнений у станка в классическом танце (французская и русская терминология). Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание классических позиций ног и рук. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete**.**.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.2. Экзерсис на середине зала.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения на середине зала, наименование упражнений на середине зала в классическом танце (французская и русская терминология***)***. Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu. Проучивание поз классического танца на середине зала. Вращение по диогонали и на середине зала

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.3. Allegro.

Теория. Музыкальный размер прыжковой части урока. Объяснение техники исполнения прыжков.

Практические занятия. Прыжковые упражнения направлены на развитие силы и эластичности мышц ног. Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete, sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

1.2. Партерный тренаж.

Практические занятия.

Тема1.2.1. Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.

Тема 1.2.2. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.

Тема 1.2.3. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.

Тема 1.2.4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Тема 1.2.5. Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.

Тема 1.2.6. Упражнения stretch-характера.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

1.3. Танцевальный этюд (Маленькое adajio).

Практические занятия.

Тема 1.3.1. Выбор материала.

Тема 1.3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Тема 1.3.3. Изучение танцевальных движений.

Тема 1.3.4. Композиционное построение.

Тема 1.3.5. Соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 1.3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках

Тема 1.3.7. Исполнение танцевального этюда.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

1.4. Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon

1.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца

Раздел.2. Народно-сценический танец

Первоначальное знакомство с особенностями народно-сценического танца. Простейшие тренировочные движения у станка и на середине зала. Изучаются отдельные движения и даются небольшие комбинации.

Идет работа над постановкой корпуса, рук ног и головы у станка и на середине, изучение простейших элементов и движений русского танца, а также 1-е знакомство с экзерсисом у станка. Вырабатываются представления о характере исполнения изучаемых движений, элементарные навыки танцевальной координации. В конце года необходимо подготовить несложные танцевальные комбинации и небольшой этюд.

2.1 Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.

Тема 2.1.1 Позиции ног в народно-сценическом танце

***Теория*.** Постановка корпуса на свободных, открытых, прямых и закрытых позициях.

Практические занятия.

Середина

– Пять свободных позиций ног (полувыворотные позиции).

– Пять (1-ая, 2-ая, 3-я, 4-я, 5-я) открытых позиций ног народно-сценического танца аналогичные пяти позициям классического танца.

– Пять прямых позиций ног:

1-я прямая позиция ног – ноги стоят вместе, стопы соприкасаются внутренними сторонами;

2-я прямая – ноги стоят параллельно на расстоянии, примерно, стопы;

3-я прямая – стопы соприкасаются внутренними сторонами, каблук одной ноги находится у середины стопы другой ноги;

4-я прямая – обе ноги стоят на одной прямой линии друг перед другом на расстоянии равном стопы;

5-я прямая – обе ноги стоят по одной прямой линии друг перед другом, пятка одной стопы соприкасается с носком другой.

– Две «закрытые» позиции ног:

1-я закрытая позиция – обе стопы повернуты носками вместе;

2-я закрытая позиция – обе ноги развернуты носками внутрь на расстоянии стопы.

- Переходы из одной позиции в другую. Постановка корпуса. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределяется равномерно на обе ноги, кроме IV-ой позиции (тяжесть корпуса между ног).

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.2. Позиции и положения рук

Теория. Роль позиций и положений рук в народно-сценическом танце (участие в постановке корпуса, создание характера, образа).

Практическое занятие.

Середина

Четыре основных позиции: 1-я, 2-я, 3-я, - аналогично трём позициям классического танца. 4-я позиция – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии: большой палец сзади, остальные собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонями к корпусу.

– Port de bras (переводы рук из позиции в позицию с фиксацией каждой позиции и слитно);

– Комбинированное port de bras. Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.3. Подготовка к началу движения (preparation)

Теория. Значение preparation на уроке народно-сценического танца (концентрация внимания на выполнение упражнения, передаёт характер).

Практическое занятие.

Подготовка к началу движения заключается в движении руки или рук, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения.

При музыкальном размере 2/4 или 6/8 быстрого темпа подготовка составляет - 2 такта.

При музыкальном размере 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

- Preparation м. р. 2/4 или 6/8 быстрого темпа - 2 такта;

- Preparation м. р. 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ,

где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.4. Экзерсис у станка

Теория. Значение экзерсиса в подготовке танцовщика (постановка корпуса, методика и техника исполнения элементов).

Практическое занятие.

– Demi plie, grand plies (лицом к станку) по 1-й, 2-й, 3-й свободным позициям, 1-й прямой позиции. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Музыкальное сопровождение и выполнение движения в характере русского танца.

1. Плавное demi plie на муз. размер 2/4 – 2-а т., на муз. размер 4/4 – 1 т.

2. Резкое demi plie на муз. размер. 2/4 на 1 т., муз. разер. 4/4 – ½ т.

Плавное и резкое demi и grand plies могут комбинироваться в различных сочетаниях.

Перевод ноги – по принципу battements tendus.

– Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад:

1. С отведением ноги на носок (основной вид);

2. С переводом стопы с носка на ребро каблука;

3. С переводом стопы с носка на ребро каблука et demi plie.

– Battement tendu jete (маленькие броски) Это упражнение развивает мышцы опорной ноги, способствует развитию коленного сустава, бедра и голени, вырабатывает силу и мягкость всей ноги, повышает также способность учащихся четко выполнять мелкие и сильные движения. Маленькие броски Вариант 1 Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги Музыкальный размер: 2/4 Исходное положение: V-я позиция, правая нога впереди, пятка левой ноги отделена от тела. Движение исполняется на один такт. «и» (затакт) – бросок правой ногой вперед на 25°- 45°, одновременно пятка левой ноги опускается на пол, колено опорной ноги выпрямляется; «раз» – правая нога возвращается в V-ю позицию, одновременно пятка левой ноги поднимается (колено опорной ноги слегка сгибается); «и» – бросок правой ногой вперед на 25°- 45°, одновременно пятка левой опускается на пол, колено опорной ноги выпрямляется; «два» – правая нога возвращается в V-ю позицию, одновременно пятка левой ноги поднимается (колено опорной ноги слегка сгибается). Данный вариант может исполняться с приседанием в момент выброса работающей ноги. Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги с demi - plie а обоих ногах Исходное положение: V-я позиция, правая нога впереди, обе ноги в положении demi - plie, пятка левой ноги отделена от тела.

Вариант 2 Petit battement jete с p1ie на опорной ноге

Вариант 3 Petit battement tendu jete с сокращением стопы работающей ноги

– Каблучные упражнения. Каблучные упражнения вводят в работу пятку опорной ноги, которая то отделяется от пола, то опускается на пол. Они выполняются на легком полуприседании до конца движения.

Вариант 1 Battement tendu с выносом ноги на каблук от щиколотки опорной ноги. Музыкальный размер: 2/4

Вариант 2 Battement tendu с поворотом бедро Музыкальный размер: 2/4.

Вариант 3 Battement tendu с мазком полупальцев по полу Музыкальный размер: 2/4.

Вариант 4 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук от колена опорной ноги

Вариант 5 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук, через developpe.

2.2. Вращения и прыжки на середине зала.

Практические занятия.

Тема2.2.1. Вращения на месте.

Пируэты в народном танце бывают нескольких видов.

а) пируэт endehors из 3-ей позиции на присогнутом колене.

б) пируэт endedans со 2-ой невыворотной позиции на присогнутом колене.

в) пируэт endedans с замаха на воздух на присогнутом или на вытянутом колене.

г) пируэт – tir-bouchon.

д) пируэты endehors и endedans по 6-ой позиции на присогнутом или на вытянутом колене.

Комбинироваться пируэты могут между собой, а также сочетаться с другими видами вращений.

Тема 2.2.2. Вращение на припадании.

Исходная позиция ног – 3-я свободная. Руки раскрыты в стороны или лежат на талии (это положение используется чаще при проучивании). Корпус и голову держать прямо. Движение занимает 1 такт 2/4. Пример вращения в правую сторону.

– раз – начиная поворот, наступить на всю стопу правой ноги в 3-ю точку в небольшое приседание, левую ногу слегка поднять от пола сзади правой ноги в открытом положении, стопа свободна. Голову держать прямо.

– и – продолжая поворот, наступить на низкие полупальцы левой ноги, слегка вытягивая ногу в колене. Правую ногу поднять невысоко от пола в открытом положении, стопа свободна. Взгляд всё ещё направлен в точку 1.

– два – наступить на всю стопу правой ноги в 7-ю точку в небольшое приседание. Левую ногу слегка поднять от пола сзади правой ноги в открытом положении, стопа свободна. Голову резко повернуть направо, и снова направить взгляд в точку 1.

– и – заканчивая поворот, наступить на низкие полупальцы левой ноги. Правую ногу поднять невысоко от пола в открытом положении, стопа свободна. Голову оставить в точке 1. Необходимо следить за тем, чтобы корпус оставался прямым, голова не наклонялась в сторону и не опускалась вниз, руки, открытые в сторону, оставались на одном уровне и поворачивались вместе с поворотом корпуса, не отставая и не обгоняя его.

Тема 1.2.3. Бег в повороте на месте.

Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт на один поворот. Исходная позиция ног – 6-ая. Ноги, корпус и голова повёрнуты к точке 1. Руки во вращении открыты в стороны или лежат на талии, кисти собраны в кулачки.

– раз – сделав небольшой подскок, с двух ног перескочить на правую ногу, присогнутую в колене, на всю стопу через низкие полупальцы в 5-ую точку. Одновременно левая нога резко сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад - наверх, стопа вытянута. Колени прижаты друг к другу, при чём левое колено находится чуть впереди правого. Корпус начинает вращение вправо к 5-ой точке.

– два – перескочить на левую ногу через низкие полупальцы в небольшое приседание в 1-ую точку. Одновременно правая нога резко сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад – наверх, стопа вытянута, колени соединены, колено правой ноги – чуть впереди левого. Голова, резко повернувшись вправо, возвращается к 1-ой точке. Корпус, завершая поворот, поворачивается к точке 1. Руки в прежнем положении.

Для того, чтобы повторить движение вновь делается перескок на правую ногу через низкие полупальцы, и продолжается поворот. При выполнении движения необходимо следить за тем, чтобы колени не расходились далеко в стороны. Корпус подтянут, руки напряжены, голова работает чётко и резко. Вращение исполняется как в среднем, так и в быстром темпе. Обычно в чистом виде и большом количестве оно не исполняется, но встречается в комбинациях. Например:

Музыкальный размер 2/4, исходное положение: шестая позиция ног, корпус подтянут, enface в 1-ую точку, руки лежат на талии, кисти собраны в кулачки. – раз – соскок на 2 ноги по 6-ой позиции в точку 3. Корпус поворачивается за ногами. Голова сохраняет положение, то есть, взгляд по-прежнему направлен в точку 1. – и два и – выполнить три беговых шага на месте по выше описанному принципу, начиная с правой ноги (то есть левая нога сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад – наверх). При этом совершается 2 оборота вокруг себя. Комбинация заканчивается enface в 1-ую точку, правая нога с присогнутым коленом и на низких полупальцах (либо на всей стопе). Левая нога сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад - наверх, стопа вытянута. Колени прижаты друг к другу, при чём левое колено находится чуть впереди правого.

На счёт «раз» следующего такта вращение повторяется заново. Таким образом, на один такт музыкального сопровождения комбинация исполняется один раз, при этом происходит два поворота на месте вокруг себя.

Подход к этому вращению может быть следующим. На второй такт музыкального вступления, с небольшого шага вперёд правой ногой, сделать 2 поворота на месте на полупальцах обеих ног, как бы переступая с ноги на ногу, набирая скорость для выполнения дальнейшего вращения. Колени ног вытянуты, руки лежат на талии, корпус подтянут, голова работает как при любом вращении.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.2. Прыжки

Прыжок - очень характерный элемент русской мужской пляски, ее украшение. В нем выражается сила, ловкость, удаль. Красота прыжка в легкости и высоте полета. «Взвился соколом», - говорили о мастере-плясуне в народе.

Основа исполнения большого, высокого прыжка - толчок полупальцами обеих ног от пола с небольшого приседания на полной стопе и возвращение - приземление после прыжка на полупальцы обеих ног с небольшим приседанием и последующим опусканием на полную стопу. Приземление должно быть легким, бесшумным. Небольшое приседание дает возможность смягчить удар ног об пол и подготовиться к следующему прыжку.

Руки при выполнении высокого прыжка всегда крепкие, сильные, помогающие исполнителю выше взлететь на воздух. Они могут раскрываться в сторону, подниматься вверх, делать удары по ногам и т.д. Большие прыжки и их названия отличаются друг от друга по положению ног и рук на взлете.

Существуют ряд сложных по технике исполнения больших прыжков: «щучка», «разножка», прыжок через платочек, через ногу, через шашку, с ударами ладонями по одной или двум ногам и много других.

Все большие прыжки могут исполнятся как на месте, так и с разбега. Прыжок с разбега по исполнению более сложный, чем на месте. В этом виде прыжков встречаются такие, где исполнитель отталкивается от пола не только двумя, но и одной ногой.

Встречаются прыжки и без приседаний. Отталкивание в них происходит за счет силы стоп ног. Толчок и приземление совершаются на полупальцах без приседаний и опусканий с полупальцев на полную стопу. Такие прыжки выполняются на крепких, вытянутых в коленях ногах. Это малые прыжки - подскоки. Они могут исполнятся как на двух, так и на одной ноге, чаще всего несколько раз подряд. Иногда подскоки называют маленькими трамплинными прыжками.

Если большие, высокие прыжки - элемент только мужской пляски, то малые прыжки - подскоки часто встречаются и в плясках девушек. Подскоки, соединившись с дробями и с вращением, стали занимать большое место в пляске девушек и парней, особенно в современных постановках.

2.3. Танцевальный этюды (Русский танец, Белорусский танец)

Тема 2.3.1. Русский танец

Теория. Краски русского танца: знакомство с музыкальным материалом, костюмом, характером и видами русского танца.

Практическое занятие.

. Середина

- Положение рук в русском танце

- Por de bras руками в характере русского танца, позднее с корпусом. - Обращение с платочком.

- Поклоны

1. Маленький поклон – корпус слегка наклоняется, делает кивок головой;

2. Поясной поклон (наклон корпуса в пояс) на месте, с продвижением вперед и отходом назад;

3. Поклон ниже пояса, глубокий, до земли.

- Основные ходы и шаги в русском народном танце:

1. Простой бытовой шаг;

2. Переменный шаг на всю ступню;

3. Сценический переменный шаг;

4. Шаркающий ход;

5. Шаг-притоп;

6. На ребро каблука;

7. На ребро каблука с проскальзывающим ударом;

- Танцевальный бег:

1. Шаг-бег со свободной стопой;

2. С отбрасыванием ног назад;

3. С поднятием согнутых ног вперед;

4. «Острый» бег.

- Элементы русского народного танца:

1. «Гармошка»;

2. «Елочка»;

3. Припадание (по первой прямой и 5-й выворотной позициям)

4. «Ковырялочка» без подскоков, с подскоком

5. «Молоточки»

6. «Маятник»

7. «Маталочка»

- Вращения:

1. Повороты на месте вправо и влево (по четвертям и на 180);

2. по диагонали (на подскоках, «галоп» в повороте).

Тема 2.3.2. Белорусский танец

Теория. Знакомство с музыкальным материалом, бытом, характером и манерой исполнения, костюмом белорусского народа. Просмотр видеоролика с танцами: «Бульба», «Крыжачок», полька «Янка», «Лявониха», «Трясуха» (по выбору).

Практическое занятие.

Середина

- Основные положения рук в сольном и парном белорусском народно-сценическом танце.

- Поклоны.

- Основные ходы и шаги:

1. Основной ход танца «Лявониха»;

2. Боковой шаг с подбивкой (галоп),

3. Ход с отбивкой;

4. Притопы в три удара;

5. Основной ход из танца «Крыжачок»;

6. Подскоки с переступанием;
7. Шаги польки с вращением соло и в паре;
8. Полька с поворотом из танца «Янка»;
9. Шаг с 2-ым подскоком.

- Этюдная работа.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

2.4. Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения в характере разных народностей

2.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами народного танца

Раздел.3. Ритмика

Главным направлением первого года обучения по разделу «Ритмика» является важной дисциплиной в эстетическом цикле дополнительного образования. Поскольку происходит формирование знаний в области хореографической культуры, развитие творческих способностей обучающихся.

Ритмика предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и “мышечного чувства”, формирование художественнотворческих способностей. В “век гиподинамии” ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

3.1 Упражнения на выявление ритмического рисунка посредствам движения, с начала любого (простукивание, протопывание, прохлопывание, пропевание и т. д.), а ко второму полугодию – танцевального.)

Тема 3.1.1. Упражнения в ходьбе

***Практика*. Ходьба с координацией движения рук и ног**

Содержание: дети строятся друг за другом. Под музыку они начинают маршировать вдоль стен зала четким ритмичным шагом, координируя движения рук и ног.

Методические рекомендации: корпус и голову держать прямо. Плечи отведены назад, руки свободно двигаются в такт музыке и координируются с движениями ног. Начинать ходьбу нужно с левой ноги, не допуская шарканья ногами.

Практика: Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках

Содержание: дети стоят друг за другом на расстоянии двух – трех шагов. Под музыку дети, положив руки на пояс, идут медленно, высоко поднимая колени, ступая с носка, оттянув его к полу. Со сменой музыкального произведения дети переходят на легкий бег на носках, опустив вниз немного

согнутые в локтях руки. Заканчивается упражнение ходьбой под музыку для восстановления дыхания.

Методические рекомендации: необходимо следить за тем, чтобы дети во время движения держали корпус прямо, плечи их были отведены назад, дыхание не задерживалось.

Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках

Содержание: дети стоят друг за другом на расстоянии двух – трех шагов. Под музыку дети, положив руки на пояс, идут медленно, высоко поднимая колени, ступая с носка, оттянув его к полу. Со сменой музыкального произведения дети переходят на легкий бег на носках, опустив вниз немного согнутые в локтях руки. Заканчивается упражнение ходьбой под музыку для восстановления дыхания.

Методические рекомендации: необходимо следить за тем, чтобы дети во время движения держали корпус прямо, плечи их были отведены назад, дыхание не задерживалось.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.1.2. Упражнения с предметами

Эстафета с бубном

Содержание: дети стоят по кругу. Педагог под музыку ударяет три раза в бубен и одновременно с ударами произносит: «постучи». Затем передает бубен стоящему рядом ребенку, говоря в такт музыке: «передай». Ребенок, получив бубен, ударяет под музыку трижды в бубен и передает его следующему ребенку с теми же словами. Так поочередно бубен передается по всему кругу.

Методические рекомендации: это упражнение лучше давать детям во время отдыха – после ходьбы, бега, прыжков. Перед выполнением упражнения детям нужно показать, как надо держать бубен в одной руке, а пальцами другой руки ударять по нему.

Пружинки

Содержание: дети стоят по кругу, руки на бедрах, ноги – пятки вместе, носки врозь.

Во время тихо звучащей музыки дети сгибают колени на полуприседании и выпрямляют их. Под музыку, исполняемую громко, дети поднимаются на носки и возвращаются в исходное положение, не сгибая колен. Упражнение повторяется три-четыре раза.

Методические рекомендации: при приседании ступни ног должны быть плотно прижаты к полу, колени разводятся в стороны. Очень важно при выполнении этого упражнения научить детей сохранять устойчивое положение тела.

Сбор ягод

Содержание: дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. Исходное положение: ноги на ширине плеч, носки немного разведены в стороны. Левая рука, изображающая «решето», упирается в левый бок. Правая рука свободна. Во время звучания первого и второго тактов дети делают

медленное глубокое приседание (на носках, пятки приподнимаются), разведя колени в стороны (спина прямая), одновременно правой рукой они «срывают ягодку». На третий и четвертый такты дети встают и «кладут ягодку в решето». Так выполняется подряд четыре приседания и четыре выпрямления – после этого переход на ходьбу друг за другом. При повторении упражнения положение рук меняется. Упражнение проводится два раза.

Методические рекомендации: педагог показывает, как правильно выполнять приседания и движения рукой. После того как дети освоят все движения, упражнение можно проводить под музыку.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.1.3. Пляски и танцы

Парный танец

Содержание: дети стоят парами друг за другом. Мальчик стоит с левой стороны от девочки и держит правой рукой левую руку девочки (руки вытянуты вперед). Свободную руку мальчик держит на поясе, а девочка придерживает ею кончик юбочки. Под первую часть музыкальной пьесы дети идут ровными шагами вперед (16 шагов). Под звучание музыки второй части пьесы дети берутся за обе руки и обходят друг вокруг друга в левую сторону, а при повторении второй части – в правую сторону (по 8 шагов в каждую сторону). Музыка и движения танца повторяются.

Методические рекомендации: перед исполнением танца под музыку с детьми необходимо разучить все его движения. Движения должны выполняться соответственно характеру и темпу музыки.

Полька

Содержание: дети парами стоят друг за другом. Девочка стоит с правой стороны, придерживая рукой юбочку, мальчик стоит с левой стороны, положив руку на пояс. Соединенные руки держат вытянутыми вперед. Под звучание первой части музыки, все дети идут вперед приставным шагом и на последнем такте останавливаются, повернувшись лицом к своему партнеру и опустив руки. Под втору часть музыки мальчики кладут обе руки на пояс, а девочки двумя руками берутся за юбочки. Дети ставят правую ногу на пятку, а затем на носок и делают три перетопа на месте, затем левую ногу ставят на пятку, далее на носок и делают три перетопа на месте. После этого соединяют правые руки, поднятые вверх и, обойдя один раз вокруг друг друга, встают в исходное положение. Музыку и движения танца можно повторять несколько раз.

Методические рекомендации: перед разучиванием танца под музыку дети должны научиться правильно выполнять все его движения: закрепить уже знакомую им ходьбу приставным шагом, освоить движения ног и рук. Затем педагог знакомит участников танца с музыкой, под которую они будут его исполнять.

Зайчики

Содержание: дети «зайчики» стоят по кругу лицом к центру. Кисти рук у груди, пальцы опущены, локти отведены назад.

Первая часть музыкального сопровождения:

Такт 1 – 2. Дети делают 8 прыжков на месте.

Такт 3 – 4. Ритмично переступая, дети поворачиваются вокруг себя в правую сторону, руки в том же положении.

Так 5 – 6. Повторяются движения 1 – 2 тактов.

Такт 7 – 8. Дети поворачиваются вокруг себя в левую сторону.

Вторая часть музыкального сопровождения.

Такт 1. Дети выполняют 4 скользящих движения руками: одна рука ладонью вперед, другая к груди, и наоборот («греют лапки»).

Такт 2. Делают два тройных хлопка в ладоши, вытянув руки вперед.

Такт 3. Повторение движений такта 1.

Такт 4. Повторение движений такта 2.

Такт 5. Дети выполняют четыре скользящих движения ладонями по коленям, одна рука скользит вниз, другая вверх («греют ножки»).

Такт 6. Делают два тройных хлопка ладонями по коленям двумя руками.

Такт 7. Повторение движений такта 5.

Такт 8. Дети делают пять ровных хлопков ладонями по коленям, с последним хлопком встают в исходное положение.

Методические рекомендации: перед проведением игры нужно познакомить детей с музыкальным произведением, отметив две его части.

3.2. Игры на развитие дыхательного аппарата. ***Практические занятия.***

Тема 3.2.1. Функция внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики. Игра «Бегемотик» Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый произносит рифмовку:

Бегемотики лежали, бегемотики дышали.

То животик поднимается (вдох,

То животик опускается *(выдох)*.

Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох,

То животик опускается *(выдох)*.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.2.2. Функция внешнего дыхания, осваивать носовое дыхание. Ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

Игра «Снегопад» Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.2.3. Укрепление физиологическое дыхание у детей. *Игра «Качели»* Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Взрослый произносит рифмовку:

Качели вверх (вдох),

Качели вниз (выдох),

Крепче ты, дружок, держись.

Игра «Часики» ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

Игра «Насос» Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

3.3. Упражнения на развитие импровизации, на сочинение танцевальных движений. *Практические занятия.*

Тема 3.3.1. Коллективная работа, в паре, сольно.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунка танца: круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ и др.

Виды фигур: круг в круге, «звёздочка», воротца и др.

Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.3.2. Эмоции в танце.

Исследование различных эмоций (радость, грусть, удивление) через движение. Задание: выбрать эмоцию и выразить её через танцевальные движения.

Тема 3.3.3. Танец по кругу.

Работа в группе, где каждый добавляет свои движения к общему танцу. Задание: создать круговой танец, где каждый по очереди добавляет новое движение.

Тема 3.3.4. Музыкальные стили.

Исследование разных музыкальных стилей (джаз, хип-хоп, классика). Задание: импровизировать под разные музыкальные жанры и почувствовать их ритм.

Тема 3.3.5. Групповые ритмические танцы

Особенности исполнения движений танца. Основы ритмических движений. Упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног

и стоп. Данный раздел включает в себя композицию, постановку и репетицию танца.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

3.4. Итоговый показ - в форме небольших игровых танцах.

3.5. Итоговый показ – выполнение пластических этюдов.

Раздел 4. Эстрадный танец.

4.1. Подготовка концертных (конкурсных) номеров.

Практические занятия.

Эстрадный танец — это вид сценического танца, чаще развлекательного характера, построенный на лаконичных средствах хореографической выразительности.

Это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в чётком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Главной целью постановки концертных номеров является сценическая практика учащихся и развитие творческих способностей в различных жанрах и стилях.

Выбор материала для подготовки номеров, в первую очередь, зависит от тематики концертов, поэтому подбор репертуара должен быть различной направленности (к календарным праздникам, к знаменательным датам, к тематическим школьным мероприятиям), в зависимости от способностей детей.

Характерные черты концертного номера - четкая лаконичная композиция, интригующая завязка, острая кульминация, финал и отточенная внешняя форма.

Концертная программа обычно складывается из множества разнообразных номеров, поэтому главной особенностью концертного номера является его кратковременность, доходчивость и легкость восприятия. Концертный номер должен быть ярким, динамичным, лаконичным и сразу включить внимание зрителя.

Работа над конкурсными номерами имеет свои отличительные особенности. При работе надо учитывать, что психологическая нагрузка на ученика будет существенной, так как конкурсные выступления и подготовка к ним вызывают чрезмерное эмоциональное волнение у участников конкурса. Наряду с тем, что любой конкурс является стрессом для конкурсанта, он воспитывает в нем умение собираться, настраиваться, концентрироваться, владеть собой и противостоять любым неожиданностям, возникающим в процессе исполнения программы, а также развивать чувство конкурентоспособности и умения проигрывать, «держать удар».

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

4.2. Постановка детского эстрадного танца.

Практические занятия.

В базовом понимании хореографа существует три составляющих проекта.

Первое – музыка. Услышав музыкальный трек, мы наполовину сделали уже готовый проект. Можно сразу увидеть какой-то образ для танца. Но это не главная составляющая. Идея изначально может прийти без музыки, совершенно случайно.

Следующее - это образ. Если у вас есть картинка в голове, задумка, примерно как должно это выглядеть, в каком костюме, в стиле, либо история, какую хотели вы донести до зрителя. Возможно, это и есть та идея, чтобы потом в дальнейшем уже специально искать музыку. И потом подбирать движения, просто взяв придуманную картинку.

Третий путь возникновения хореографической идеи или вдохновения - движение. То с чего возможно некоторые хореографы даже начинают, то есть у них есть определенная база движений. Даже если это будет немного, но знаете с чем работать, что хотите делать. И уже по движениям подбираете музыку. Примерно, в каком стиле, и в каком темпе будут движения, подбираете музыкальный ряд под ваш образ.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

4.3. Итоговый показ - концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.

Содержание IV год обучения

Инструктаж по технике безопасности

Учебный предмет имеет следующие разделы:

1. Основы классического танец.
2. Народно-сценический танец
3. Современный танец.
4. Эстрадный танец.

Все разделы программы осваиваются в тесной взаимосвязи друг с другом.

Раздел.1. Основы классического танца.

Раздел «Основы классического танца» включает в себя следующие компоненты:

1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.
2. Партерный тренаж.

Раздел «Классический танец» входит в программу, как значительный, особо важный этап процесса реализации программы и предназначен для развития выворотности и силы ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

На уроках классического танца дети развивают силу ног, корпуса, рук, вырабатывают красивую осанку. Занятия по классическому танцу имеют цель - содействовать их эстетическому, нравственному и физическому развитию. Выступление классических этюдов, маленьких танцевальных композиций,

просмотр балетных фильмов, беседы о искусстве балета, приобщает детей к духовному воспитанию и профессионализму танцевального искусства.

Педагог ведет занятия, соединяя краткий теоретический материал с определённо выстроенными практическими занятиями и обсуждением пройденного.

1.4. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.

Тема 1.1.1 Экзерсис у станка.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения у станка, наименование упражнений у станка в классическом танце (французская и русская терминология). Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание классических позиций ног и рук. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete..

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.2. Экзерсис на середине зала.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения на середине зала, наименование упражнений на середине зала в классическом танце (французская и русская терминология*)*. Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu. Проучивание поз классического танца на середине зала. Вращение по диогонали и на середине зала

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.3. Allegro.

Теория. Музыкальный размер прыжковой части урока. Объяснение техники исполнения прыжков.

Практические занятия. Прыжковые упражнения направлены на развитие силы и эластичности мышц ног. Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete, sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

1.2. Партерный тренаж.

Практические занятия.

Тема1.2.1. Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.

Тема 1.2.2. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.

Тема 1.2.3. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.

Тема 1.2.4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Тема 1.2.5. Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.

Тема 1.2.6. Упражнения stretch-характера.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

1.3. Танцевальный этюд (Маленькое adajio).

Практические занятия.

Тема 1.3.1. Выбор материала.

Тема 1.3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Тема 1.3.3. Изучение танцевальных движений.

Тема 1.3.4. Композиционное построение.

Тема 1.3.5. Соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 1.3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках

Тема 1.3.7. Исполнение танцевального этюда.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

1.4. Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon

1.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца

Раздел.2. Народно-сценический танец

Первоначальное знакомство с особенностями народно-сценического танца. Простейшие тренировочные движения у станка и на середине зала. Изучаются отдельные движения и даются небольшие комбинации.

Идет работа над постановкой корпуса, рук ног и головы у станка и на середине, изучение простейших элементов и движений русского танца, а также 1-е знакомство с экзерсисом у станка. Вырабатываются представления о характере исполнения изучаемых движений, элементарные навыки танцевальной координации. В конце года необходимо подготовить несложные танцевальные комбинации и небольшой этюд.

2.2Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.

Тема 2.1.1 Позиции ног в народно-сценическом танце

***Теория*.** Постановка корпуса на свободных, открытых, прямых и закрытых позициях.

Практические занятия.

Середина

– Пять свободных позиций ног (полувыворотные позиции).

– Пять (1-ая, 2-ая, 3-я, 4-я, 5-я) открытых позиций ног народно-сценического танца аналогичные пяти позициям классического танца.

– Пять прямых позиций ног:

1-я прямая позиция ног – ноги стоят вместе, стопы соприкасаются внутренними сторонами;

2-я прямая – ноги стоят параллельно на расстоянии, примерно, стопы;

3-я прямая – стопы соприкасаются внутренними сторонами, каблук одной

ноги находится у середины стопы другой ноги;

4-я прямая – обе ноги стоят на одной прямой линии друг перед другом на расстоянии равном стопы;

5-я прямая – обе ноги стоят по одной прямой линии друг перед другом, пятка одной стопы соприкасается с носком другой.

– Две «закрытые» позиции ног:

1-я закрытая позиция – обе стопы повернуты носками вместе;

2-я закрытая позиция – обе ноги развернуты носками внутрь на расстоянии стопы.

- Переходы из одной позиции в другую. Постановка корпуса. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределяется равномерно на обе ноги, кроме IV-ой позиции (тяжесть корпуса между ног).

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.2. Позиции и положения рук

Теория. Роль позиций и положений рук в народно-сценическом танце (участие в постановке корпуса, создание характера, образа).

Практическое занятие.

Середина

Четыре основных позиции: 1-я, 2-я, 3-я, - аналогично трём позициям классического танца. 4-я позиция – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии: большой палец сзади, остальные собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонями к корпусу.

– Port de bras (переводы рук из позиции в позицию с фиксацией каждой позиции и слитно);

– Комбинированное port de bras. Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.3. Подготовка к началу движения (preparation)

Теория. Значение preparation на уроке народно-сценического танца (концентрация внимания на выполнение упражнения, передаёт характер).

Практическое занятие.

Подготовка к началу движения заключается в движении руки или рук, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения.

При музыкальном размере 2/4 или 6/8 быстрого темпа подготовка составляет - 2 такта.

При музыкальном размере 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

- Preparation м. р. 2/4 или 6/8 быстрого темпа - 2 такта;

- Preparation м. р. 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.4. Экзерсис у станка

Теория. Значение экзерсиса в подготовке танцовщика (постановка корпуса, методика и техника исполнения элементов).

Практическое занятие.

– Demi plie, grand plies (лицом к станку) по 1-й, 2-й, 3-й свободным позициям, 1-й прямой позиции. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Музыкальное сопровождение и выполнение движения в характере русского танца.

1. Плавное demi plie на муз. размер 2/4 – 2-а т., на муз. размер 4/4 – 1 т.

2. Резкое demi plie на муз. размер. 2/4 на 1 т., муз. разер. 4/4 – ½ т.

Плавное и резкое demi и grand plies могут комбинироваться в различных сочетаниях.

Перевод ноги – по принципу battements tendus.

– Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад:

1. С отведением ноги на носок (основной вид);

2. С переводом стопы с носка на ребро каблука;

3. С переводом стопы с носка на ребро каблука et demi plie.

– Battement tendu jete (маленькие броски) Это упражнение развивает мышцы опорной ноги, способствует развитию коленного сустава, бедра и голени, вырабатывает силу и мягкость всей ноги, повышает также способность учащихся четко выполнять мелкие и сильные движения. Маленькие броски Вариант 1 Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги Музыкальный размер: 2/4 Исходное положение: V-я позиция, правая нога впереди, пятка левой ноги отделена от тела. Движение исполняется на один такт. «и» (затакт) – бросок правой ногой вперед на 25°- 45°, одновременно пятка левой ноги опускается на пол, колено опорной ноги выпрямляется; «раз» – правая нога возвращается в V-ю позицию, одновременно пятка левой ноги поднимается (колено опорной ноги слегка сгибается); «и» – бросок правой ногой вперед на 25°- 45°, одновременно пятка левой опускается на пол, колено опорной ноги выпрямляется; «два» – правая нога возвращается в V-ю позицию, одновременно пятка левой ноги поднимается (колено опорной ноги слегка сгибается). Данный вариант может исполняться с приседанием в момент выброса работающей ноги. Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги с demi - plie а обоих ногах Исходное положение: V-я позиция, правая нога впереди, обе ноги в положении demi - plie, пятка левой ноги отделена от тела.

Вариант 2 Petit battement jete с p1ie на опорной ноге

Вариант 3 Petit battement tendu jete с сокращением стопы работающей ноги

– Каблучные упражнения. Каблучные упражнения вводят в работу пятку опорной ноги, которая то отделяется от пола, то опускается на пол. Они выполняются на легком полуприседании до конца движения.

Вариант 1 Battement tendu с выносом ноги на каблук от щиколотки

опорной ноги. Музыкальный размер: 2/4

Вариант 2 Battement tendu с поворотом бедро Музыкальный размер: 2/4.

Вариант 3 Battement tendu с мазком полупальцев по полу Музыкальный размер: 2/4.

Вариант 4 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук от колена опорной ноги

Вариант 5 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук, через developpe.

2.2. Вращения и прыжки на середине зала.

Практические занятия.

Тема2.2.1. Вращения на месте.

Пируэты в народном танце бывают нескольких видов.

а) пируэт endehors из 3-ей позиции на присогнутом колене.

б) пируэт endedans со 2-ой невыворотной позиции на присогнутом колене.

в) пируэт endedans с замаха на воздух на присогнутом или на вытянутом колене.

г) пируэт – tir-bouchon.

д) пируэты endehors и endedans по 6-ой позиции на присогнутом или на вытянутом колене.

Комбинироваться пируэты могут между собой, а также сочетаться с другими видами вращений.

Тема 2.2.2. Вращение на припадании.

Исходная позиция ног – 3-я свободная. Руки раскрыты в стороны или лежат на талии (это положение используется чаще при проучивании). Корпус и голову держать прямо. Движение занимает 1 такт 2/4. Пример вращения в правую сторону.

– раз – начиная поворот, наступить на всю стопу правой ноги в 3-ю точку в небольшое приседание, левую ногу слегка поднять от пола сзади правой ноги в открытом положении, стопа свободна. Голову держать прямо.

– и – продолжая поворот, наступить на низкие полупальцы левой ноги, слегка вытягивая ногу в колене. Правую ногу поднять невысоко от пола в открытом положении, стопа свободна. Взгляд всё ещё направлен в точку 1.

– два – наступить на всю стопу правой ноги в 7-ю точку в небольшое приседание. Левую ногу слегка поднять от пола сзади правой ноги в открытом положении, стопа свободна. Голову резко повернуть направо, и снова направить взгляд в точку 1.

– и – заканчивая поворот, наступить на низкие полупальцы левой ноги. Правую ногу поднять невысоко от пола в открытом положении, стопа свободна. Голову оставить в точке 1. Необходимо следить за тем, чтобы корпус оставался прямым, голова не наклонялась в сторону и не опускалась вниз, руки, открытые в сторону, оставались на одном уровне и поворачивались вместе с поворотом корпуса, не отставая и не обгоняя его.

Тема 1.2.3. Бег в повороте на месте.

Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт на один поворот.

Исходная позиция ног – 6-ая. Ноги, корпус и голова повёрнуты к точке 1. Руки во вращении открыты в стороны или лежат на талии, кисти собраны в кулачки.

– раз – сделав небольшой подскок, с двух ног перескочить на правую ногу, присогнутую в колене, на всю стопу через низкие полупальцы в 5-ую точку. Одновременно левая нога резко сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад - наверх, стопа вытянута. Колени прижаты друг к другу, при чём левое колено находится чуть впереди правого. Корпус начинает вращение вправо к 5-ой точке.

– два – перескочить на левую ногу через низкие полупальцы в небольшое приседание в 1-ую точку. Одновременно правая нога резко сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад – наверх, стопа вытянута, колени соединены, колено правой ноги – чуть впереди левого. Голова, резко повернувшись вправо, возвращается к 1-ой точке. Корпус, завершая поворот, поворачивается к точке 1. Руки в прежнем положении.

Для того, чтобы повторить движение вновь делается перескок на правую ногу через низкие полупальцы, и продолжается поворот. При выполнении движения необходимо следить за тем, чтобы колени не расходились далеко в стороны. Корпус подтянут, руки напряжены, голова работает чётко и резко. Вращение исполняется как в среднем, так и в быстром темпе. Обычно в чистом виде и большом количестве оно не исполняется, но встречается в комбинациях. Например:

Музыкальный размер 2/4, исходное положение: шестая позиция ног, корпус подтянут, enface в 1-ую точку, руки лежат на талии, кисти собраны в кулачки. – раз – соскок на 2 ноги по 6-ой позиции в точку 3. Корпус поворачивается за ногами. Голова сохраняет положение, то есть, взгляд по-прежнему направлен в точку 1. – и два и – выполнить три беговых шага на месте по выше описанному принципу, начиная с правой ноги (то есть левая нога сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад – наверх). При этом совершается 2 оборота вокруг себя. Комбинация заканчивается enface в 1-ую точку, правая нога с присогнутым коленом и на низких полупальцах (либо на всей стопе). Левая нога сгибается в колене и поднимается в прямом положении назад - наверх, стопа вытянута. Колени прижаты друг к другу, при чём левое колено находится чуть впереди правого.

На счёт «раз» следующего такта вращение повторяется заново. Таким образом, на один такт музыкального сопровождения комбинация исполняется один раз, при этом происходит два поворота на месте вокруг себя.

Подход к этому вращению может быть следующим. На второй такт музыкального вступления, с небольшого шага вперёд правой ногой, сделать 2 поворота на месте на полупальцах обеих ног, как бы переступая с ноги на ногу, набирая скорость для выполнения дальнейшего вращения. Колени ног вытянуты, руки лежат на талии, корпус подтянут, голова работает как при любом вращении.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.2.2. Прыжки

Прыжок - очень характерный элемент русской мужской пляски, ее украшение. В нем выражается сила, ловкость, удаль. Красота прыжка в легкости и высоте полета. «Взвился соколом», - говорили о мастере-плясуне в народе.

Основа исполнения большого, высокого прыжка - толчок полупальцами обеих ног от пола с небольшого приседания на полной стопе и возвращение - приземление после прыжка на полупальцы обеих ног с небольшим приседанием и последующим опусканием на полную стопу. Приземление должно быть легким, бесшумным. Небольшое приседание дает возможность смягчить удар ног об пол и подготовиться к следующему прыжку.

Руки при выполнении высокого прыжка всегда крепкие, сильные, помогающие исполнителю выше взлететь на воздух. Они могут раскрываться в сторону, подниматься вверх, делать удары по ногам и т.д. Большие прыжки и их названия отличаются друг от друга по положению ног и рук на взлете.

Существуют ряд сложных по технике исполнения больших прыжков: «щучка», «разножка», прыжок через платочек, через ногу, через шашку, с ударами ладонями по одной или двум ногам и много других.

Все большие прыжки могут исполнятся как на месте, так и с разбега. Прыжок с разбега по исполнению более сложный, чем на месте. В этом виде прыжков встречаются такие, где исполнитель отталкивается от пола не только двумя, но и одной ногой.

Встречаются прыжки и без приседаний. Отталкивание в них происходит за счет силы стоп ног. Толчок и приземление совершаются на полупальцах без приседаний и опусканий с полупальцев на полную стопу. Такие прыжки выполняются на крепких, вытянутых в коленях ногах. Это малые прыжки - подскоки. Они могут исполнятся как на двух, так и на одной ноге, чаще всего несколько раз подряд. Иногда подскоки называют маленькими трамплинными прыжками.

Если большие, высокие прыжки - элемент только мужской пляски, то малые прыжки - подскоки часто встречаются и в плясках девушек. Подскоки, соединившись с дробями и с вращением, стали занимать большое место в пляске девушек и парней, особенно в современных постановках.

2.3. Танцевальный этюды (Русский танец, Белорусский танец)

Тема 2.3.1. Татарский народный танец.

Теория. Знакомство с музыкальным материалом, характером, манерой исполнения татарских народных танцев. Костюмы. Просмотр танцев (видео).

Практическое занятие.

. Середина

Основные положения рук.

- Поклоны.
- Основной ход.

- Мужской ход на каблуке.
- Бишек».
- Ход с каблука.
- Брма».
- Боковой ход с разворотом стопы.
- Бег с ударом полупальцами сзади.
- Этюдная работа.

Элементы татарского танца, на усмотрение педагога, можно заменить элементами танцев народов поволжья: башкирским, калмыкским.

Тема 2.3.2. Итальянский народный танец.

Теория. Знакомство с музыкальным материалом, характером, манерой исполнения итальянских народных танцев. Костюмы. Просмотр танцев (видео). ***Практическое занятие.***

Середина

- Основные положения рук.
- Поклоны. - Два вида хода:

1. ballone вперед;
2. emboite вперёд, назад.

- Pas de basgue.
- Прыжки на arabesgue.
- Выбрасывание ноги с каблука на носок.
- Pas echappe с tirbouchone.
- Навыки обращения с тамбурином.
- «Веер» (разучивается у станка)

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

2.4. Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения в характере разных народностей

2.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами народного танца

Раздел.3. Современный танец

Современные танцы радуют своим разнообразием стилей большую часть современной молодежи и даже привлекают старшее поколение.

Современный танец – это направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX-XXI веков, сформировавшиеся на основе американского и европейского танца модерн и танца постмодерн.

Современным танцам присущи ритмика, пластика, музыкальность и четкость движений под модную и актуальную музыку, «сборник» танцевальных стилей и направлений, объединенных особой атмосферой и техникой. Стили этого направления обычно являются неотъемлемой частью различного рода субкультур, например, хип-хоп.

Одна из задач современной хореографии – донести до зрителя настроение, используя определенные движения, а также другие элементы (например, актерское мастерство, силовые упражнения, декорации, музыку), чтобы создать эффект интересного шоу.

3.1. Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс.

Тема 3.1.1. Разогрев

Практика. Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны и повороты торса. Разогрев с использованием уровней. Твисты и спирали торса в положении сидя. Упражнения на contraction и release в положении сидя. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела).

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 3.1.2. Положение рук и ног в современном танце

Практика. Изучение параллельных позиций ног (I, II, III, IV, V позиций ног), изучение положений рук - положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке), I современная позиция — руки вытянуты параллельно перед собой на уровне плеч, II современная позиция — руки вытянуты в стороны на уровне плеч, III современная позиция — руки вытянуты параллельно вверх, V-позиции (ви-позиции), I close-poz в сторону — руки согнуты в локтях, кисти на уровне солнечного сплетения (груди). Локти направлены точно в стороны, руки не прижаты к телу, пальцы рук не соприкасаются. Иногда эту позицию называют А-позиция. I close-poz вниз — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч и не прижимаются. Локти направлены точно вниз. Иногда эту позицию называют Б-позиция. II close-poz — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч. Локти направлены точно в стороны. Jazz-hend [джаз-хэнд] — дословно с английского означает джазовая рука. Пальцы напряжены и максимально разведены друг от друга.

Flex [флэкс] — сокращенная кисть, т.е. ладонь перпендикулярно к предплечью, Stretch [Стрэйч] — вытянутая кисть, т.е. ладонь раскрыта и является продолжением предплечья, Fist [Фёст] — сжатый кулак.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 3.1.3. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения

Практика.

Повороты и наклоны головы + Sundari, Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).

Движения плечами:

- подъем одного-двух поочередно вверх;
- движение плеч вперед-назад;

- твист плеч (изгиб)
- резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч. Движение грудной клеткой – диафрагмой:
- из стороны в сторону;
- вперед-назад;
- подъем и опускание.

Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.

Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 3.1.4. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.

Практика: Plie с различными движениями рук, Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 3.1.5. Кросс.

Практика: Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Комбинации шагов + Kicr (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360 градусов. Комбинации шагов, соединенных с вращениями. Использование всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4х центров. Шаги с использованием contraction и release. Смена направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

3.2 Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.

Тема 3.2.1 Строевые упражнения

Теория: Команды в строевых упражнениях.

Практика: Совершенствование навыков выполнений команд в строевых упражнениях.

Тема 3.2.2 Общеразвивающие упражнения

Теория: Классификация ОРУ (для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног; мышц всего тела)

Практика: ОРУ для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног, для мышц всего тела.

Тема 3.2.3 Упражнения для развития гибкости тела.

Теория: Понятие «бабочка»; понятие «лягушка»; тренировка голеностопного, коленного, тазобедренного суставов; выработка гибкости тела.

Практика: Упражнения для улучшения гибкости шеи; упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов; упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья; упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра; упражнения для улучшения подвижности коленных суставов; упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы; упражнения для растяжки и формирование балетного шага

Тема 3.2.4 Силовые упражнения.

Теория: Правильное выполнение силовых упражнений.

Практика: Упражнения на развитие силы и мышц рук; упражнения на развитие мышц пресса; упражнения на развитие мышц спины, ягодиц; упражнения на развитие силы и мышц ног.

Тема 3.2.5 Элементы акробатики.

Теория: Понятие кувырок назад (согнувшись), кувырок вперед с разбега, стойка на руках, колесо с разбега.

Практика: Совершенствование – кувырков вперед, назад; перекатов прямым телом и в группировке через правое и левое плечо. Кувырок назад согнувшись. Стойка на руках у стенки (животом к стене и спиной). «Мостик» с основной стойки (стоя на ногах). «Колесо» через правую и левую ногу, с разбега.

3.3. Этюды и постановочная работа. *Практические занятия.*

Тема 3.3.1. Коллективная работа, в паре, сольно.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунка танца: круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ и др.

Виды фигур: круг в круге, «звёздочка», воротца и др.

Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

Тема 3.3.2. Танцевальные шаги.

Виды ходьбы

Бодрый шаг - обыкновенный шаг, но более устремленный и решительный. Взмахи рук (вперед-назад) активные, сильные, их движение идет от плеча. Корпус устремлен по направлению движения, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, что способствует удлинению шага. При выполнении

бодрого шага необходимы хорошая осанка, поднятая голова (взгляд выше идущего впереди товарища).

Спортивно-торжественная ходьба выражает активность, жизнерадостность, приподнятость физкультурных и праздничных маршей. Нога ступает с носка (а не с подушечки, как в бодром шаге), маховые движения рук более энергичны, осанка прямая, все мышцы работают сильно и четко.

Спокойный шаг - неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню, взмахи рук свободные. В спокойной ходьбе нет устремленности, настроение уравновешенное, безмятежное благодаря спокойному однообразному характеру музыкального сопровождения.

Высокий шаг соответствует мужественной, решительной, четкой музыке; движение активное - оно связывается с представлением о том, как идут солдаты, или с игровыми образами шагающих петрушек, лошадок на манеже, образами кузнечиков, аистов и т.д. При высоком шаге свободная нога, согнутая в колене, резко поднимается вперед, бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Корпус прямой, голова поднята, руки со сжатыми в кулак кистями помогают движению энергичными махами - одной вперед, другой назад; когда поднимается правая нога, вперед выносится левая рука и наоборот. Нога опускается на пол с притопом; шаг небольшой, но настойчивый и решительный. Положение рук может меняться в зависимости от образов.

Шаг на носках - нога ставится на полупальцы, пятка отделяется от пола. Колени при этом втягиваются, шаги плавные, без толчков. Сохраняется хорошая непринужденная осанка, руки кладутся на пояс или поднимаются в стороны.

Тихая, осторожная ходьба - ноги ставятся мягко на всю ступню, беззвучно, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, корпус несколько наклоняется вперед, движение рук снимается.

Пружинистый шаг - на каждом шаге нога мягко опускается на всю ступню

(начиная с подушечки), слегка прогибается в колене и сразу выпрямляется, поднимаясь на полупальцы. Движение вниз и вверх непрерывное, равномерное, спокойное. Каждый шаг равен четверти. Пульсирующий ритм придает походке слегка танцевальный характер.

Виды бега

Легкий бег - осанка ненапряженная, движение рук свободное. Ноги упруго отталкиваются от пола и мягко приземляются. Форма и выразительность его зависят от характера и темпа музыки.

*Неторопливый***,** танцевальный или *пружинистый* бег, это, по существу, цепь легких пружинистых прыжков с одной ноги на другую. Величина их и устремленность бега меняются в зависимости от музыки.

Стремительный бег обычно исполняется без музыки или под громкое, стремительное музыкальное заключение. Корпус сильно выносится вперед,

руки согнуты в локтях, ноги сильно и быстро отталкиваются от пола. Движения собранные, целенаправленные, динамичные.

Широкий бег - бег большими скачками (как будто перепрыгивая через воображаемые препятствия). Корпус сильно выносится вперед, ноги энергично отталкиваются от пола, руки выполняют сильные взмахи - одна вперед, другая назад.

Высокий бег - нога, согнутая в колене, поднимается вверх, корпус прямой и слегка откинут назад. Ноги с силой отталкиваются от пола, носки оттянуты вниз.

Прыжковые движения

Прыжки на двух ногах могут использоваться с большим и меньшим отскоком от пола в зависимости от звучащей музыки. Приземление на переднюю часть стопы бесшумное, при этом колени мягко сгибаются. Корпус всегда должен оставаться прямым. В легких прыжках работают главным образом ступни, в сильных (с высокими отскоками) - более энергичные и сильные движения всей ноги, а иногда и при помощи взмахов рук. Прыжки на двух ногах бывают на месте, с продвижением вперед, в кружении. Встречаются прыжки на одной ноге, со сменой ног, прыжки ноги вместе - врозь или одна вперед - другая назад.

Подскоки с ноги на ногу

Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой - шестнадцатая). Движение легкого подскока - скользящее, полетное, почти без вертикального отскока от пола. Нога лишь слегка выносится вперед.

Сильные подскоки соответствуют энергичной, веселой, громкой музыке. Свободная нога, согнутая в колене, поднимается вперед до горизонтального положения: руки выполняют сильные маховые движения вперед-назад, что влечет за собой сильный отскок. Энергичный толчок ногами придает движению вертикальность (продвижение вперед небольшое). Начинать разучивание подскоков легче с сильных, чтобы дети овладели техникой движения. Легкие и сильные подскоки исполняются с продвижением вперёд, на месте, при кружении. Подготовительными упражнениями к подскокам являются пружинки, пружинящий шаг и бег, высокий шаг и бег.

Прямой галоп - движение «лошадок» - исходное положение - третья позиция. Правя нога быстро и резко поднимается вперед с согнутым коленом, затем сильно ударяется носком о пол; левая нога прыжком приставляется к правой, как бы выталкивая ее из следующего шага, корпус и голова держатся прямо (всадник крепко и прямо сидит на коне). «Лошадь» скачет, высоко перепрыгивая, перескакивая через воображаемое препятствия (ручейки, канавки, поваленные деревья,, бревна).

Эти движения изучаются на уроках ритмики не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу

для других, подготавливают к их быстрому освоению. Так, например, пружинки подготавливают двигательный аппарат к освоению пружинящего шага. Пружинящий шаг, затем высокий шаг и бег подготавливают к выполнению подскоков.

При проведении педагогической практики часто наблюдается, что некоторые дети не умеют отразить в своем исполнительстве характер того или иного произведения детского репертуара, затрудняются в правильной передаче темпа. Подробная проработка музыкально-ритмического материала на занятии, повторение и закрепление в самостоятельной работе дома, тщательная подготовка к педагогической практике помогает преодолеть недостатки.

В конце данного раздела и всех последующих будут предложены образцы материала из детского репертуара.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 3.3.3. Групповые этюдные зарисовки.

Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных

движений джаза, модерна, контемпорари. Акробатические упражнения: колесо без рук, «мексиканка», шпагаты с помощью предметов, рондат, подготовка к флякам. Усложненные перестроения. Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.

Перестроения в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре через одного. Разучивание четкого и синхронного взаимодействия в группе «продакшн».

Самостоятельная работа: составление и реализация небольших танцевальных проектов.

Повторение и углубленное изучение основных элементов джаза, модерна, контемпорари.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

2.4. Итоговый показ - Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс» на открытом уроке будут представлены упражнения в разных стилях современного танца (Джаз танец, модерн, афро-джаз)

2.5. Итоговый показ – выполнение пластических этюдов.

Раздел 4. Эстрадный танец.

4.1. Подготовка концертных (конкурсных) номеров.

Практические занятия.

Эстрадный танец — это вид сценического танца, чаще развлекательного характера, построенный на лаконичных средствах хореографической выразительности.

Это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в чётком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Главной целью постановки концертных номеров является сценическая практика учащихся и развитие творческих способностей в различных жанрах и стилях.

Выбор материала для подготовки номеров, в первую очередь, зависит от тематики концертов, поэтому подбор репертуара должен быть различной направленности (к календарным праздникам, к знаменательным датам, к тематическим школьным мероприятиям), в зависимости от способностей детей.

Характерные черты концертного номера - четкая лаконичная композиция, интригующая завязка, острая кульминация, финал и отточенная внешняя форма.

Концертная программа обычно складывается из множества разнообразных номеров, поэтому главной особенностью концертного номера является его кратковременность, доходчивость и легкость восприятия. Концертный номер должен быть ярким, динамичным, лаконичным и сразу включить внимание зрителя.

Работа над конкурсными номерами имеет свои отличительные особенности. При работе надо учитывать, что психологическая нагрузка на ученика будет существенной, так как конкурсные выступления и подготовка к ним вызывают чрезмерное эмоциональное волнение у участников конкурса. Наряду с тем, что любой конкурс является стрессом для конкурсанта, он воспитывает в нем умение собираться, настраиваться, концентрироваться, владеть собой и противостоять любым неожиданностям, возникающим в процессе исполнения программы, а также развивать чувство конкурентоспособности и умения проигрывать, «держать удар».

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

4.2. Постановка детского эстрадного танца.

Практические занятия.

В базовом понимании хореографа существует три составляющих проекта.

Первое – музыка. Услышав музыкальный трек, мы наполовину сделали уже готовый проект. Можно сразу увидеть какой-то образ для танца. Но это не главная составляющая. Идея изначально может прийти без музыки, совершенно случайно.

Следующее - это образ. Если у вас есть картинка в голове, задумка, примерно как должно это выглядеть, в каком костюме, в стиле, либо история, какую хотели вы донести до зрителя. Возможно, это и есть та идея, чтобы потом в дальнейшем уже специально искать музыку. И потом подбирать движения, просто взяв придуманную картинку.

Третий путь возникновения хореографической идеи или вдохновения - движение. То с чего возможно некоторые хореографы даже начинают, то есть у

них есть определенная база движений. Даже если это будет немного, но знаете с чем работать, что хотите делать. И уже по движениям подбираете музыку. Примерно, в каком стиле, и в каком темпе будут движения, подбираете музыкальный ряд под ваш образ.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

4.3. Итоговый показ - концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.

Содержание V год обучения

Инструктаж по технике безопасности

Учебный предмет имеет следующие разделы:

3. Основы классического танец.
4. Народно-сценический танец
3. Современный танец.
4. Эстрадный танец.

Все разделы программы осваиваются в тесной взаимосвязи друг с другом.

Раздел.1. Основы классического танца.

Раздел «Основы классического танца» включает в себя следующие компоненты:

1. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.
2. Партерный тренаж.

Раздел «Классический танец» входит в программу, как значительный, особо важный этап процесса реализации программы и предназначен для развития выворотности и силы ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

На уроках классического танца дети развивают силу ног, корпуса, рук, вырабатывают красивую осанку. Занятия по классическому танцу имеют цель - содействовать их эстетическому, нравственному и физическому развитию. Выступление классических этюдов, маленьких танцевальных композиций, просмотр балетных фильмов, беседы о искусстве балета, приобщает детей к духовному воспитанию и профессионализму танцевального искусства.

Педагог ведет занятия, соединяя краткий теоретический материал с определённо выстроенными практическими занятиями и обсуждением пройденного.

1.5. Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.

Тема 1.1.1 Экзерсис у станка.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения у станка, наименование упражнений у станка в классическом танце (французская и русская терминология). Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание классических позиций ног и рук. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement

developpe, grand battement jete..

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.2. Экзерсис на середине зала.

Теория. Музыкальный размер каждого упражнения на середине зала, наименование упражнений на середине зала в классическом танце (французская и русская терминология*)*. Объяснение техники исполнения движений.

Практические занятия. Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu. Проучивание поз классического танца на середине зала. Вращение по диогонали и на середине зала

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 1.1.3. Allegro.

Теория. Музыкальный размер прыжковой части урока. Объяснение техники исполнения прыжков.

Практические занятия. Прыжковые упражнения направлены на развитие силы и эластичности мышц ног. Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete, sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

1.2. Партерный тренаж.

Практические занятия.

Тема1.2.1. Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.

Тема 1.2.2. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.

Тема 1.2.3. Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.

Тема 1.2.4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Тема 1.2.5. Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.

Тема 1.2.6. Упражнения stretch-характера.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

1.3. Танцевальный этюд (Маленькое adajio).

Практические занятия.

Тема 1.3.1. Выбор материала.

Тема 1.3.2. Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Тема 1.3.3. Изучение танцевальных движений.

Тема 1.3.4. Композиционное построение.

Тема 1.3.5. Соединение движений в танцевальные композиции.

Тема 1.3.6. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках

Тема 1.3.7. Исполнение танцевального этюда.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и

получить обратную связь от жюри и зрителей.

1.4. Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon

1.5. Итоговый показ в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца

Раздел.2. Современный танец

Современные танцы радуют своим разнообразием стилей большую часть современной молодежи и даже привлекают старшее поколение.

Современный танец – это направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX-XXI веков, сформировавшиеся на основе американского и европейского танца модерн и танца постмодерн.

Современным танцам присущи ритмика, пластика, музыкальность и четкость движений под модную и актуальную музыку, «сборник» танцевальных стилей и направлений, объединенных особой атмосферой и техникой. Стили этого направления обычно являются неотъемлемой частью различного рода субкультур, например, хип-хоп.

Одна из задач современной хореографии – донести до зрителя настроение, используя определенные движения, а также другие элементы (например, актерское мастерство, силовые упражнения, декорации, музыку), чтобы создать эффект интересного шоу.

2.1. Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс.

Тема 2.1.1. Разогрев

Практика. Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны и повороты торса. Разогрев с использованием уровней. Твисты и спирали торса в положении сидя. Упражнения на contraction и release в положении сидя. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела).

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.2. Положение рук и ног в современном танце

Практика. Изучение параллельных позиций ног (I, II, III, IV, V позиций ног), изучение положений рук - положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке), I современная позиция — руки вытянуты параллельно перед собой на уровне плеч, II современная позиция — руки вытянуты в стороны на уровне плеч, III современная позиция — руки вытянуты параллельно вверх, V-позиции (ви-позиции), I close-poz в сторону — руки согнуты в локтях, кисти на уровне солнечного сплетения (груди). Локти направлены точно в стороны, руки не прижаты к телу, пальцы рук не соприкасаются. Иногда эту позицию называют А-позиция. I close-poz вниз — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч и не

прижимаются. Локти направлены точно вниз. Иногда эту позицию называют Б-позиция. II close-poz — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч. Локти направлены точно в стороны. Jazz-hend [джаз-хэнд] — дословно с английского означает джазовая рука. Пальцы напряжены и максимально разведены друг от друга.
Flex [флэкс] — сокращенная кисть, т.е. ладонь перпендикулярно к предплечью, Stretch [Стрэйч] — вытянутая кисть, т.е. ладонь раскрыта и является продолжением предплечья, Fist [Фёст] — сжатый кулак.
Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.3. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения

Практика.
Повороты и наклоны головы + Sundari, Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).

Движения плечами:
- подъем одного-двух поочередно вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- твист плеч (изгиб)
- резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч. Движение грудной клеткой – диафрагмой:
- из стороны в сторону;
- вперед-назад;
- подъем и опускание.

Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.
Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса.
Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.4. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.

Практика: Plie с различными движениями рук, Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.
Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

Тема 2.1.5. Кросс.

Практика: Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Комбинации шагов + Kicr (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации

прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360 градусов. Комбинации шагов, соединенных с вращениями. Использование всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4х центров. Шаги с использованием contraction и release. Смена направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

Форма контроля. Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.

2.3Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.

Тема 2.2.1Строевые упражнения

Теория: Команды в строевых упражнениях.

Практика: Совершенствование навыков выполнений команд в строевых упражнениях.

Тема2.2.2 Общеразвивающие упражнения

Теория: Классификация ОРУ (для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног; мышц всего тела)

Практика: ОРУ для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног, для мышц всего тела.

Тема 2.2.3 Упражнения для развития гибкости тела.

Теория: Понятие «бабочка»; понятие «лягушка»; тренировка голеностопного, коленного, тазобедренного суставов; выработка гибкости тела.

Практика: Упражнения для улучшения гибкости шеи; упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов; упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья; упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра; упражнения для улучшения подвижности коленных суставов; упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы; упражнения для растяжки и формирование балетного шага

Тема 2.2.4 Силовые упражнения.

Теория: Правильное выполнение силовых упражнений.

Практика: Упражнения на развитие силы и мышц рук; упражнения на развитие мышц пресса; упражнения на развитие мышц спины, ягодиц; упражнения на развитие силы и мышц ног.

Тема 2.2.5 Элементы акробатики.

Теория: Понятие кувырок назад (согнувшись), кувырок вперед с разбега, стойка на руках, колесо с разбега.

Практика: Совершенствование – кувырков вперед, назад; перекатов прямым телом и в группировке через правое и левое плечо. Кувырок назад согнувшись. Стойка на руках у стенки (животом к стене и спиной). «Мостик» с основной стойки (стоя на ногах). «Колесо» через правую и левую ногу, с разбега.

2.3. Этюды и постановочная работа. *Практические занятия.*

Тема 2.3.1. Коллективная работа, в паре, сольно.

Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.

Виды рисунка танца: круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ и др.

Виды фигур: круг в круге, «звёздочка», воротца и др.

Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

Тема 2.3.2. Танцевальные шаги.

Виды ходьбы

Бодрый шаг - обыкновенный шаг, но более устремленный и решительный. Взмахи рук (вперед-назад) активные, сильные, их движение идет от плеча. Корпус устремлен по направлению движения, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, что способствует удлинению шага. При выполнении бодрого шага необходимы хорошая осанка, поднятая голова (взгляд выше идущего впереди товарища).

Спортивно-торжественная ходьба выражает активность, жизнерадостность, приподнятость физкультурных и праздничных маршей. Нога ступает с носка (а не с подушечки, как в бодром шаге), маховые движения рук более энергичны, осанка прямая, все мышцы работают сильно и четко.

Спокойный шаг - неторопливый, непринужденный, прогулочный, шаги небольшие, нога ставится на всю ступню, взмахи рук свободные. В спокойной ходьбе нет устремленности, настроение уравновешенное, безмятежное благодаря спокойному однообразному характеру музыкального сопровождения.

Высокий шаг соответствует мужественной, решительной, четкой музыке; движение активное - оно связывается с представлением о том, как идут солдаты, или с игровыми образами шагающих петрушек, лошадок на манеже, образами кузнечиков, аистов и т.д. При высоком шаге свободная нога, согнутая в колене, резко поднимается вперед, бедро принимает горизонтальное положение, а голень образует с бедром прямой угол. Корпус прямой, голова поднята, руки со сжатыми в кулак кистями помогают движению энергичными махами - одной вперед, другой назад; когда поднимается правая нога, вперед выносится левая рука и наоборот. Нога опускается на пол с притопом; шаг небольшой, но настойчивый и решительный. Положение рук может меняться в зависимости от образов.

Шаг на носках - нога ставится на полупальцы, пятка отделяется от пола. Колени при этом втягиваются, шаги плавные, без толчков. Сохраняется хорошая непринужденная осанка, руки кладутся на пояс или поднимаются в стороны.

Тихая, осторожная ходьба - ноги ставятся мягко на всю ступню, беззвучно, тяжесть тела падает на переднюю часть ступни, корпус несколько наклоняется вперед, движение рук снимается.

Пружинистый шаг - на каждом шаге нога мягко опускается на всю ступню

(начиная с подушечки), слегка прогибается в колене и сразу выпрямляется, поднимаясь на полупальцы. Движение вниз и вверх непрерывное, равномерное, спокойное. Каждый шаг равен четверти. Пульсирующий ритм придает походке слегка танцевальный характер.

Виды бега

Легкий бег - осанка ненапряженная, движение рук свободное. Ноги упруго отталкиваются от пола и мягко приземляются. Форма и выразительность его зависят от характера и темпа музыки.

*Неторопливый***,** танцевальный или *пружинистый* бег, это, по существу, цепь легких пружинистых прыжков с одной ноги на другую. Величина их и устремленность бега меняются в зависимости от музыки.

Стремительный бег обычно исполняется без музыки или под громкое, стремительное музыкальное заключение. Корпус сильно выносится вперед, руки согнуты в локтях, ноги сильно и быстро отталкиваются от пола. Движения собранные, целенаправленные, динамичные.

Широкий бег - бег большими скачками (как будто перепрыгивая через воображаемые препятствия). Корпус сильно выносится вперед, ноги энергично отталкиваются от пола, руки выполняют сильные взмахи - одна вперед, другая назад.

Высокий бег - нога, согнутая в колене, поднимается вверх, корпус прямой и слегка откинут назад. Ноги с силой отталкиваются от пола, носки оттянуты вниз.

Прыжковые движения

Прыжки на двух ногах могут использоваться с большим и меньшим отскоком от пола в зависимости от звучащей музыки. Приземление на переднюю часть стопы бесшумное, при этом колени мягко сгибаются. Корпус всегда должен оставаться прямым. В легких прыжках работают главным образом ступни, в сильных (с высокими отскоками) - более энергичные и сильные движения всей ноги, а иногда и при помощи взмахов рук. Прыжки на двух ногах бывают на месте, с продвижением вперед, в кружении. Встречаются прыжки на одной ноге, со сменой ног, прыжки ноги вместе - врозь или одна вперед - другая назад.

Подскоки с ноги на ногу

Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой - шестнадцатая). Движение легкого подскока - скользящее, полетное, почти без вертикального отскока от пола. Нога лишь слегка выносится вперед.

Сильные подскоки соответствуют энергичной, веселой, громкой музыке. Свободная нога, согнутая в колене, поднимается вперед до горизонтального

положения: руки выполняют сильные маховые движения вперед-назад, что влечет за собой сильный отскок. Энергичный толчок ногами придает движению вертикальность (продвижение вперед небольшое). Начинать разучивание подскоков легче с сильных, чтобы дети овладели техникой движения. Легкие и сильные подскоки исполняются с продвижением вперёд, на месте, при кружении. Подготовительными упражнениями к подскокам являются пружинки, пружинящий шаг и бег, высокий шаг и бег.

Прямой галоп - движение «лошадок» - исходное положение - третья позиция. Правя нога быстро и резко поднимается вперед с согнутым коленом, затем сильно ударяется носком о пол; левая нога прыжком приставляется к правой, как бы выталкивая ее из следующего шага, корпус и голова держатся прямо (всадник крепко и прямо сидит на коне). «Лошадь» скачет, высоко перепрыгивая, перескакивая через воображаемое препятствия (ручейки, канавки, поваленные деревья,, бревна).

Эти движения изучаются на уроках ритмики не изолированно, а последовательно, в определенном порядке, так как одни движения создают двигательную основу

для других, подготавливают к их быстрому освоению. Так, например, пружинки подготавливают двигательный аппарат к освоению пружинящего шага. Пружинящий шаг, затем высокий шаг и бег подготавливают к выполнению подскоков.

При проведении педагогической практики часто наблюдается, что некоторые дети не умеют отразить в своем исполнительстве характер того или иного произведения детского репертуара, затрудняются в правильной передаче темпа. Подробная проработка музыкально-ритмического материала на занятии, повторение и закрепление в самостоятельной работе дома, тщательная подготовка к педагогической практике помогает преодолеть недостатки.

В конце данного раздела и всех последующих будут предложены образцы материала из детского репертуара.

Форма контроля: Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.

Тема 2.3.3. Групповые этюдные зарисовки.

Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных

движений джаза, модерна, контемпорари. Акробатические упражнения: колесо без рук, «мексиканка», шпагаты с помощью предметов, рондат, подготовка к флякам. Усложненные перестроения. Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.

Перестроения в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре через одного. Разучивание четкого и синхронного взаимодействия в группе «продакшн».

Самостоятельная работа: составление и реализация небольших танцевальных проектов.

Повторение и углубленное изучение основных элементов джаза, модерна, контемпорари.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

2.4. Итоговый показ - Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс» на открытом уроке будут представлены упражнения в разных стилях современного танца (Джаз танец, модерн, афро-джаз)

2.5. Итоговый показ – выполнение пластических этюдов.

Раздел 3. Эстрадный танец.

3.1. Подготовка концертных (конкурсных) номеров.

Практические занятия.

Эстрадный танец — это вид сценического танца, чаще развлекательного характера, построенный на лаконичных средствах хореографической выразительности.

Это музыкально-хореографическая миниатюра, идея которой выражена в чётком драматургическом построении: со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом.

Главной целью постановки концертных номеров является сценическая практика учащихся и развитие творческих способностей в различных жанрах и стилях.

Выбор материала для подготовки номеров, в первую очередь, зависит от тематики концертов, поэтому подбор репертуара должен быть различной направленности (к календарным праздникам, к знаменательным датам, к тематическим школьным мероприятиям), в зависимости от способностей детей.

Характерные черты концертного номера - четкая лаконичная композиция, интригующая завязка, острая кульминация, финал и отточенная внешняя форма.

Концертная программа обычно складывается из множества разнообразных номеров, поэтому главной особенностью концертного номера является его кратковременность, доходчивость и легкость восприятия. Концертный номер должен быть ярким, динамичным, лаконичным и сразу включить внимание зрителя.

Работа над конкурсными номерами имеет свои отличительные особенности. При работе надо учитывать, что психологическая нагрузка на ученика будет существенной, так как конкурсные выступления и подготовка к ним вызывают чрезмерное эмоциональное волнение у участников конкурса. Наряду с тем, что любой конкурс является стрессом для конкурсанта, он воспитывает в нем умение собираться, настраиваться, концентрироваться, владеть собой и противостоять любым неожиданностям, возникающим в процессе исполнения программы, а также развивать чувство конкурентоспособности и умения проигрывать, «держать удар».

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и

соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.2. Постановка детского эстрадного танца.

Практические занятия.

В базовом понимании хореографа существует три составляющих проекта.

Первое – музыка. Услышав музыкальный трек, мы наполовину сделали уже готовый проект. Можно сразу увидеть какой-то образ для танца. Но это не главная составляющая. Идея изначально может прийти без музыки, совершенно случайно.

Следующее - это образ. Если у вас есть картинка в голове, задумка, примерно как должно это выглядеть, в каком костюме, в стиле, либо история, какую хотели вы донести до зрителя. Возможно, это и есть та идея, чтобы потом в дальнейшем уже специально искать музыку. И потом подбирать движения, просто взяв придуманную картинку.

Третий путь возникновения хореографической идеи или вдохновения - движение. То с чего возможно некоторые хореографы даже начинают, то есть у них есть определенная база движений. Даже если это будет немного, но знаете с чем работать, что хотите делать. И уже по движениям подбираете музыку. Примерно, в каком стиле, и в каком темпе будут движения, подбираете музыкальный ряд под ваш образ.

Форма контроля: Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.

3.3. Итоговый показ - концерт с исполнением подготовленных сценических номеров.

РАЗДЕЛ №5. ВОСПИТАТАНИЕ

Воспитательная работа в рамках программы направлена на: содействие формированию патриотизма и активной гражданской позиции обучающихся, воспитание чувства личной ответственности за любое самостоятельно принятое решение, воспитанию организационно-волевых качеств личности, формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.

Для достижения цели программы и решения поставленных воспитательных задач, учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в творческих мероприятиях, в конкурсных программах различного уровня.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений, учащихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе кружка.

Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

— усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций танцевальной культуры; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

— формирование и развитие личностного отношения детей к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

— приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной хореографической группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

— освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);

— принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
— воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
— формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
— воспитание уважение к труду, результатам труда, уважения к старшим;
— воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;
— развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях в танце, в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступлений в группах хореографического коллектива «Родина» Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова».

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных предствителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих

заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Названия событий, мероприятия	Форма проведения	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	День знаний: выступление на линейке	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Сентябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы
2	Концерт «День Учителя»	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Октябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы
3	Крым в сердце моем	Концерт на Адресе	Ноябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
4	Показательные выступления «Новогодние елки»	Праздник на уровне коллектива	Декабрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
5	Показательные выступления «А ну-ка, парни»	Праздник на уровне коллектива	Февраль	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.

6	Концерт, посвящённый празднику 8 марта	Праздник на уровне коллектива	Март	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
7	Большой всероссийский фестиваль детского и юношеского творчества	Концерт на Адресе	Апрель	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
8	Салют Победы	Концерт на Адресе	Май	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
9	Последний звонок.	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Май	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы

РАЗДЕЛ №6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения обучающимися программы «ТАНЕЦ ОТ А ДО Я» представляют собой систему обобщённых личностно-ориентированных целей образования, допускающих дальнейшее уточнение и конкретизацию, что обеспечивает определение и выявление всех составляющих планируемых результатов, подлежащих формированию и оценке.

личностные результаты:

- понимание ценности хореографического искусства в жизни человека и общества;
- уважительное отношение к танцевальному наследию России и других стран;
- развитие эмоционально-волевых качеств и коммуникативных навыков, способствующих социальной самореализации;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- способность формулировать собственное мнение и позицию;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

метапредметные результаты:

- развитие танцевальных способностей (координация, изоляция, импровизация), образного и ассоциативного мышления, фантазии и творческого воображения;
- владение основами самоконтроля и самооценки;
- ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

предметные результаты:

- знание терминологии и основ хореографии;
- владение основами классического, народно-характерного, эстрадного или историко-бытового танца;
- умение исполнять различные танцевальные движения и комбинации;
- развитие физических данных (выворотность, шаг, прыжок, гибкость, координация);
- навыки музыкально-пластического интонирования, умение выражать в пластике общее содержание музыки и её образные ассоциации;
- способность к импровизации.

Конкретные планируемые результаты по годам обучения:

- **К концу 1-го года обучения** дети могут знать правила поведения в балетном классе, терминологию классического танца, правила техники

выполнения экзерсиса у станка и на середине зала, правила техники выполнения прыжков.

- **К концу 2-го года обучения** учащиеся могут знать правила техники выполнения экзерсиса у станка и на середине зала, правила техники выполнения прыжков и вращений в классическом танце.
- **К концу 3-го года обучения** дети должны знать основы изоляции, импровизационной техники, средства музыкальной выразительности, специфику работы с воображаемым предметом, основные элементы народных танцев.
- **К концу 4-го года обучения дети умеют исполнять танцевальные движения и комбинации.** Овладение техникой исполнения элементов классического, народно-сценического, современного или эстрадного танца, умение согласовывать движения с музыкой.
- **К концу 5-го года обучения дети** Способны эмоционально воспринимать и оценивать танец, высказывать суждения об основной идее, средствах и формах её воплощения.

Будут знать:

- Профессиональную терминологию в области хореографического исполнительства.
- Основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке.
- Принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.
- Первичные знания основных эстетических и стилевых направлений в области хореографического искусства, выдающихся отечественных и зарубежных произведений.
- Знания основных средств выразительности хореографического и музыкального искусства.
- Знания наиболее употребляемой терминологии хореографического искусства.

Будут уметь:

- Определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа.
- Самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ.
- Разучивать поручаемые партии под руководством преподавателя.
- Исполнять хореографические произведения на разных сценических площадках.
- Соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений.
- Осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и при разучивании хореографического произведения.

Планируемые результаты освоения программы «ТАНЕЦ ОТ А ДО Я» основаны на овладении обучающимися знаниями, умениями и навыками по всем программам учебных предметов учебного плана. Результатом освоения программы хореографии является:

в области хореографического исполнительства:

• знания профессиональной терминологии;

• умения грамотно исполнять различные виды танца: классический танец, эстрадный танец;

• умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;

• умения выполнять комплексы специальных хореографический упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;

• умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;

• умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;

• навыков музыкально-пластического интонирования;

• навыков сохранения и поддержки собственной физической формы;

• навыков публичных выступлений;

в области теории и истории искусств:

• знания музыкальной грамоты;

• знания и слуховых представлений программного минимума произведений различных музыкальных жанров;

• знания основных элементов музыкального языка;

• навыков восприятия музыкальных произведений различных стилей и жанров, созданных в разные исторические периоды;

• знания основных этапов развития хореографического искусства;

• знания основных этапов становления и развития искусства балета;

• знания основных отличительных особенностей хореографического искусства различных стилей и направлений;

• навыков восприятия элементов музыкального языка;

• навыков анализа музыкального произведения.

Классический танец:

• знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

• знание классической терминологии;

• знание элементов и основных комбинаций классического танца;

• знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

• знание средств создания образа в хореографии;

• знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

• умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;

• умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;

• умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;

Ритмика:

• знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;

• знание понятия лада в музыке (мажор, минор) и умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях;

• первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;

• представление о длительностях нот в соотношении с танцевальными шагами;

• умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;

• навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;

• навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Современный танец:

• знание основных понятий, связанных с современным танцем;

• раскрепоститься и не быть зажатым с помощью импровизационных упражнений;

• знание элементов и основных комбинаций современного танца;

• знать отличие между стилями современного танца;

• умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;

• навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков;

• навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

Народно-сценический танец:

- владеть основами народно-сценического танца;
- знать методику исполнения движений народно-сценического танца, уметь грамотно их исполнять;
- определять на слух образцы народной музыки, ориентироваться в музыкальном сопровождении уроков народно-сценического танца;
- иметь навыки самостоятельной творческой деятельности.

Подготовка концертных номеров:

• умение осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;

• умение работы в танцевальном коллективе;

• умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;

• умение понимать и исполнять указания преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции;

• навыки участия в репетиционной работе.

РАЗДЕЛ №7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогом дополнительного образования с высшим профессиональным педагогическим образованием, знает специфику дополнительного образования. Обладает компетенциями в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Материально-техническое обеспечение.

Помещение для занятий – просторный, хорошо проветриваемый класс со свободной серединой и минимальным количеством мебели, пригодной для использования в качестве сценической выгородки, в соответствии с нормами СанПиН; хореографический зал.

- Звуковая аппаратура, динамики.
- Зеркала.
- Хореографический станок.
- Костюмы для хореографических постановок.

Методическое обеспечение.

С целью обеспечения высокого качества образования, его привлекательности для обучающихся, их родителей (законных представителей) программа предусматривает использование в образовательном процессе образовательных технологий, основанных на лучших достижениях отечественного образования в сфере культуры и искусства, а также современного развития хореографического искусства и образования.

Исходя из особенностей очного обучения целесообразно использование следующих **методов воспитания**:

- *методы словесной передачи* и смыслового восприятия (объяснение, рассказ, беседа);
- *методы наглядной передачи* (наблюдение, показ образца, предметов, иллюстраций, способа действия, использование видеофильмов);
- *методы практической передачи* и тактильного, кинестетического восприятия (упражнение, действия, опыты);
- *методы степени творческой самостоятельности* (организация репродуктивной и поисковой деятельности);
- *методы формирования интереса* к учению (создание ситуаций занимательности, создание ситуаций успеха, познавательные игры);
- *методы формирования чувства* долга и ответственности (предъявление требований, поощрение, порицание, дискуссии)

Методы обучения:

- *наглядный метод* подразумевает показ педагогом движения, его точного воспроизведения, с целью обучения детей. Способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям: показ педагогом движений под счет и под музыку; показ правильного

исполнения, возможных ошибок на конкретном обучающемся; дидактическая игра;

- *словесный метод* включает в себя объяснение того или иного движения, чем формирует теоретические знания о правильности его выполнения. Данным методом происходит вербальный обмен, за счет чего формируется осознанность выполнения того или иного упражнения, его грамотность и понимание;
- *метод практического обучения*, при котором в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков;
- *метод импровизации* – используется для раскрепощения и выработки уверенности в себе и движениях, для развития способностей к высвобождению чувств и эмоций, для свободы движений и фантазирования;
- *метод индивидуализации*. Выработка определенного подхода к каждому ученику с учетом природных способностей, его возраста, работоспособности и уровня подготовки на занятиях;
- *игровой метод* – используется для общей регуляции настроения детей. Музыкальноритмические игры способствуют гармонизации внутреннего мира ребенка. Активные музыкальные игры развивают импровизацию, которая позволяет ребенку раскрепоститься, научиться ориентироваться в собственных состояниях и эмоциях. При имитации различных эмоциональных состояний, используя мышцы лица и тела, способствует благоприятному физическому состоянию ребенка;
- *метод хореокоррекции*, как психолого-педагогический способ самопознания, воздействуя при помощи свободной пластики движения, музыки и хореографии, помогает освоить язык невербального общения;
- *концентрический метод* предполагает углубленное изучение материала по мере его усвоения и возвращение к исходному с целью его повтора и усложнения.

Информационно-телекоммуникационное обеспечение

- специальная литература,
- аудио-, видео-, фото - материалы.
- интернет–источники.

1.Балетная и танцевальная музыка : [сайт]. — URL: http://www.balletmusic.ru (дата обращения: 18.10.2024).

2.Классический балет : [сайт]. — URL: http://www.ballet.classical.ru/ (дата обращения: 18.10.2024).

3.Русский балет : [сайт]. — URL: http://www.russianballet.ru/rus/info.htm (дата обращения: 18.10.2024).

4.NEED4DANCE ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ : [сайт]. — URL: https://need4dance.ru/ (дата обращения: 18.10.2024).

5.Белканто : [сайт]. — URL: https://www.belcanto.ru/ (дата обращения: 18.10.2024).

РАЗДЕЛ №7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога

1. Абдоков Ю. Музыкальная поэтика хореографии: пластическая интерпретация музыки в хореографическом искусстве. Взгляд композитора. - Москва. : МГАХ : РАТИ-ГИТИС, 2009. - 272с.

2. Антоненко Г.С. Задачи педагога-хореографа в работе с детским хореографическим коллективом / Г.С.Антоненко // Хореографическое искусство. - Киров: Диамант, 2007. - 156с.

3. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1983. - 288с. (больше не переиздавалось)

4. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа: учебное пособие. - Орел: Орловский гос. Институт искусств и культуры, 2005.-143с.

5. Гарригус С. Р. Sound Forge музыкальные композиции и эффекты. - СПб., 2003. - 366с.

6. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: Лань, 2011. - 256с.

7. Громов Ю.И. Музыка для детских танцев. - СПб.: СПбГУП, 2000, - 42с. (больше не переиздавалось)

8. Громова Е.Н. Детские танцы из классических балетов, хореографическая педагогика. - СПб.: СПбГУП, 2000. - 287с. (больше не переиздавалось)

9. Добровольская Г. Н. Танец. Пантомима. Балет. - Л., 1975. - 124с. (редкая книга)

10. Есаулов И. Г. Хореодраматургия. Искусство балетмейстера.- Ижевск. : Удмуртский университет, 2000. - 320с.

11. Ефименкова Б.Б. Танцевальные жанры. - М., 1962. - 75с. (больше не переиздавалось)

12. Захаров Р. В. Искусство балетмейстера. - М., 2015. - 431с.

13. Захаров Р. В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. - М.: Искусство, 2007. - 237с.

14. Загвязинский В. И. Теория обучения. Современная интерпретация: учеб. пособие. - М.: Академия, 2008. - 192с.

15. Зарипов Р. С. Драматургия и композиция танца. Взгляд из зрительного зала. - Новосибирск, 2008 - 344с.

16. Козлов Н. И. Пластическая выразительность как один из определяющих компонентов в создании художественного образа. - СПб. : Композитор, 2006. - 120с.

17. Мессерер А. М. Танец. Мысль. Время. - М., 1990. - 450с. (больше не переиздавалось)

18. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии: учеб. пособие. - Орел: Орловский гос. институт искусств и культуры, 2003. - 108с.

19. Музыкальная форма / ред. Ю.Н.Тюлина, Т.Бершадской, И.Пустыльника. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Музыка, 1974. - 360с. (больше не переиздавалось)

20. Мюллер В. Н. Декорационное оформление спектакля. - М.: Искусство, 1956. - 101с. (больше не переиздавалось)

21. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика : учебное пособие/ науч. ред. В. А. Звездочкин, рук. авт. кол. Ю. И. Громов. - СПб.: СПбГУП, 2006.- 632с.

22. Панферов В. И. Мастерство хореографа: учеб. пособие. - Челябинск, Полиграф-Мастер, 2009. - 368с.

23. Филатов С.В. От образного слова - к выразительному движению. - М., 1993. - 52с. (больше не переиздавалось)

24. Холопова В. Н. Форма музыкальных произведений: учеб.пособие. Издательство: Лань, 2001. - 367с.

Для обучающихся

1. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / А. И. Буренина — СПб, 2000 — 220 с. (больше не переиздавалось)

2. Ветлугина, Н. А. Музыкальное развитие ребенка [Текст] / Н. А. Ветлугина — Москва: Просвещение, 1967 — 203 с. (больше не переиздавалось)

3. Волошина, Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. [Текст] / Л. Н. Волошина — Москва: Аркти, 2005 — 108 с.

4. Голицина, Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. [Текст] / Н. С. Голицина— Москва: Скрипторий, 2006 — 72 с.

5. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007. - 112 с.

6. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.

7. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.

8. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок. Веста. 2005 – 64 с.

9. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.

10.Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. – СПб.: Пионер, 2000. – 336 с. (больше не переиздавалось)

11.Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 112 с.

12.Савчук О. Школа танцев для детей - Спб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.

13.Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально– ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.

14.Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.

15.Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006.

– 44с.

16.Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.

17.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.

18.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.

19.Федорова Г.П. Весенний бал. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с. (больше не переиздавалось)

20.Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40 с. (больше не переиздавалось)

Для родителей

1. Н.А. Александрова, Е. А Малашевская Классический танец для начинающих: Учебное пособие [Текст] / Н.А. Александрова, Е. А Малашевская. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2014 — 128 с.

2. М.Н. Амелина, В.Н. Карпенко, И.А. Карпенко. Классический танец в системе дополнительного образования [Текст] / М.Н. Амелина, В.Н. Карпенко, И.А. Карпенко. — Москва: Русайнс, 2018 — 416 с.

3. Арбенин, К.Ю. Классический танец для начинающих: Учебное пособие [Текст] / Арбенин, К.Ю.— Санкт-Петербург: Планета Музыки, 2009 — 128 с.

4. Базарова, Н.П. Классический танец: Учебное пособие [Текст] / Н.П. Базарова. - Санкт-Петербург: Планета Музыки, 2009. - 192 с.

5. Безбородова, Л.А. Введение в классический танец [Текст] / Л.А. Безбородова, Ю.М.-Б. Алиев. - СПб.: Планета Музыки, 2011. - 64 с.

6. Домарк, В.Ю. Классический танец. Размышления балетного педагога. Мастер-класс мужского театрального урока [Текст] / В.Ю. Домарк. - СПб.: Лань, 2010. - 128 с.

7. Звёздочкин, В.А. Классический танец: Учебное пособие [Текст] / В.А. Звёздочкин. - СПб.: Планета Музыки, 2011. - 400 с.

8. Костровицкая, В.С. Классический танец. Слитные движения. Руки: Учебное пособие [Текст] / В.С. Костровицкая. - СПб.: Лань, Планета Музыки, 2009. - 128 с.

9. Меднис, Н.В. Введение в классический танец: Учебное пособие [Текст] / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко. - СПб.: Лань, 2016. - 60 с.

10. Тарасов, Н. Классический танец. Школа мужского исполнительства: Учебник [Текст] / Н. Тарасов. - СПб.: Лань, 2005. - 496 с.

11. Ваганова, А. Основы классического танца [Текст] / А. Ваганова. - М.: Искусство, 2013. - 180 с

12. Базарова, Н. П., Мей, В. П. Азбука классического танца [Текст] / Н. П. Базарова, В. П. Мей. — Санкт-Петербург: Лань, 2006 — 240 с.

13. Блок Л. Д. Классический танец [Текст] / Блок Л. Д.— Москва: Лань, 2001 — 534 с.

РАЗДЕЛ №9. ПРИЛОЖЕНИЕ

9.1 Оценочные материалы
(тестовые вопросы, диагностические карты)

Механизм оценивания образовательных результатов по программе предусматривает выявления практических знаний:

Оптимальный уровень (высокий):

• четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа);

• имеет природную выворотность ног;

• подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму;

• балетный шаг выше 90 градусов;

• легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы;

• безошибочно выполняет упражнения на координацию;

• безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок;

• без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует

выражение мимики;

• не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен,

креативен. Допускается 10 минут на подготовку.

Найденное решение соответствует поставленной задаче, выдает полностью самостоятельный

творческий продукт.

Хороший уровень (средний):

• знает названия частей тела,

• легко стоит в 1 полувыворотной позиции;

• может натянуть стопу;

• балетный шаг 70 – 80 градусов;

• прыжок с приземлением на полупальцы;

• выполняет упражнение на координацию со второй попытки;

• безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка;

• повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний;

• выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки

педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен.

Допустимый уровень (низкий):

• не знает названия частей тела;

• не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции;

• слабая стопа;

• балетный шаг ниже 70 градусов;

• прыжок низкий с приземлением на всю стопу;

• выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток;

• неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки.

• выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность;

• для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: малоэмоционален,

конечным результатом становится прямая имитация ситуации.

9.2. Методические материалы (планы-конспекты занятий, сценарии мероприятий, иллюстративный материал, словарь специальных терминов, дидактические материалы, методические разработки)

Тема: «Музыка и движение на начальном этапе изучения хореографического искусства».

План занятия

1. **Организационный момент**:
- Вход по музыку
- Выстраивание в шахматном порядке

2.Разминка

- Постановка корпуса
- Подготовительные упражнения различные виды шагов и бегов.

3. **Партерная гимнастика**

- Повторение изученных движений на середине зала упражнения на координацию
- Танцевальные композиции
- Прыжки

4. **Итог занятия**

Игра (сочиняем фигуры под музыкальное сопровождение)

Игра вопрос ответ

Поклон

Конспект занятия

1. ***Организационный момент:***

- Вход по музыку
- Выстраивание в шахматном порядке
- Объявление темы занятия, постановка цели.

2.*Разминка*

Учащиеся выстраиваются в линии (шахматный порядок) и исполняют подготовительные упражнения для разогрева мышц

Начинаем занятие с постановки корпуса и поклона

- Подготовительные упражнения различные виды шагов и бегов.
- Развитие двигательных качеств и умений.
- Бег (колени поднимаем наверх и назад, прямые ноги вперед и назад)
- Комбинация на середине

Повороты, наклоны головы (направо, налево)

Поднимание, вращение плеч (вперед, назад)

Упражнения для рук (разогреваем каждый пальчик)

Плие релеве, плиерелеве, гранд плие, релеве, прыжки простые и поджатые

Педагог показывает комбинацию, ученик повторяет 2 подскока, 3 галопа прыжок разножка, 3 галопа прыжок разножка, 3 прыжка и поворот вокруг себя

3. Партерная гимнастика

Работа над развитием растяжки и гибкости:

Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, стопы натянуты, нужно сидеть и тянуться наверх, работая на сопротивление, тянуть все мышцы. Работа стоп вытянуть, сократить по 6 позиции. Наклоны вперед ноги по 6 и 1 позиции. Обхватить колени, в положении сидя, ноги открываем вперед на воздух, руки в сторону. Лежа на спине поднимаем ноги на 90%. Движение «бабочка» в положении сидя и лежа на животе. «корзиночка», «лодочка» . В положении сидя открываем ноги в сторону и делаем наклоны вправо, вперед, влево. В положении лежа одновременно поднимаем руки с корпусом и ноги.

После партерной гимнастики переходим к разучиванию танцевальных композиций. Репертуар нужно подбирать учитывая возрастные особенности детей. Разучивать такие номера, которые мотивировали учащихся на высокое исполнительское мастерство, на качественную работу.

Исполнение танца «Самовар», «Маленький кораблик», «Я рисую».

Большое внимание уделяем прыжкам в конце занятия. Очень важно сохранять во время исполнения движений правильную постановку корпуса, обязательно тянуться наверх, не сидеть на ногах.

Игра на развитие творческого мышления (сочиняем фигуры под музыкальное сопровождение)

4. Итог занятия

1. Какую комбинацию выучили на занятии?
2. Какие позиции ног вы знаете?

Поклон

Педагог желает всем хорошего настроения!

<u>Сценарий воспитательного мероприятия</u>

<u>«Танцевальная Феерия»</u>

СИМФЕРОПОЛЬ, КРЫМ, 25 МАРАТ

Место проведения: Школьный актовый зал

Время: 15:00

Участники: Ученики 1-5 класса

<u>1. Вступительное слово</u> (5 минут)

Ведущий:

(входит на сцену с улыбкой)

"Здравствуйте, дорогие ребята, уважаемые учителя и родители! Мы рады приветствовать вас на нашем танцевальном конкурсе 'Танцевальная Феерия'! Сегодня мы увидим удивительные выступления наших талантливых учеников

из 1-3 классов. Каждый из вас подготовил что-то особенное, и мы уверены, что это будет незабываемо!"

2. Представление жюри (3 минуты)

Ведущий:

"Перед тем как начнем, давайте познакомимся с нашим жюри! [Представить членов жюри, например, учителей музыки и хореографии]. Они будут оценивать каждое выступление по нескольким критериям: артистичность, техника исполнения и оригинальность."

3. Выступления танцевальных групп (30-40 минут)

Ведущий:

"Итак, давайте начнем! Первым на сцену выходит [название группы или имя класса] с танцем [название танца]. Давайте поддержим их громкими аплодисментами!"

(После каждого выступления ведущий может делать небольшие комментарии и подводить итоги.)

4. Перерыв (5 минут)

Ведущий:

"Спасибо всем участникам за замечательные выступления! Теперь у нас небольшой перерыв. Вы можете пообщаться друг с другом и подготовиться к следующему блоку."

5. Продолжение выступлений (30-40 минут)

(Продолжаются выступления остальных групп.)

6. Награждение участников (10 минут)

Ведущий:

"Вот и подошел к концу наш конкурс! Все участники продемонстрировали невероятные таланты и старания. Теперь мы переходим к награждению!"

(Вручение дипломов или медалей всем участникам, а также специальных призов победителям в различных номинациях, например: "Лучший танец", "Самая яркая костюмерная работа", "Лучшая хореография".)

7. Заключительное слово (5 минут)

Ведущий:

"Спасибо всем за участие! Мы надеемся, что вам понравилось, и вы получили массу положительных эмоций. Не забывайте, что главное — это не победа, а участие и радость от танца! До новых встреч!"

8. Завершение мероприятия (5 минут)

(Музыка играет на фоне, все участники могут выйти на сцену для общего фото.)

Словарь терминов

Термины классического танца.

Адажио (Adagio)(итал.) — медленно, спокойно. Обозначение медленного темпа.

Ададжо (Адажио) Медленный сольный или дуэтный танец в классическом балете.

Ан дедан (an dedans) – Внутрь, в круг.

Ан деор (An dehors) – Наружу, из круга.

Аллегро (Allegro), (итал.) — веселый, радостный. Быстрый, оживленный музыкальный темп.

Ан турнан (An tournan)– С поворотом.

Ан фасе(An fasse) – Прямо.

Апломб (Aplomb),— равновесие, самоуверенность. Умение сохранять в равновесии все части тела.

Арабеск (Arabesques),— Одна из основных поз классического танца — поднятая назад нога с вытянутым коленом.

Асамбле (Pas Assemble) – прыжок из 5 позиции с выносом ноги на 45%, «собрать» ноги в воздухе и приземлится в 5 позицию

Аттитюд (Attitudes)— поза - согнутое колено поднятой и отведенной назад ноги.

Батман(Battement— биение. Группа движений работающей ноги.

Батман тандю (Bettements tendus) – Отведение и приведение стопы.

Батман тандю жете(Bettements tendu jete) – Резкий бросок ноги на 45%

Батман сутеню (Battement soutenu) – Движение с подтягиванием ног

Батман фондю (Battement fondu)- Тающий батман

Батман фрапе (Bettement frappe) – Ударное приведение стопы

Бурре (Bourree), па-де-бурре— набивать. Мелкие танцевальные шаги.

Гран(Grand)— большой. Обозначает максимально выраженную сущность движения.

Гран батман жете (Grands Battements Jetes)- Резкий бросок ноги на 90%.

Деми (Demi)— полу-, наполовину. Этот термин указывает на исполнение только половины движения.

Девелюпе (Developpes) – Медленное разгибание ноги на 90% и выше

Дубль— двойной. Термин указывает на двойное исполнение па.

Жете (Jete)— бросать, кидать. Термин относится к движениям, исполняемым броском ноги.

Круазе (Croisee)— скрещенный. Одно из основных положений классического танца, в котором линии скрещиваются.

Купе (Coupe) – Быстрая подмена одной ноги другой

Пар терр (par terre)— на земле. Термин, указывающий на то, что движение исполняется на полу.

Па-де-баск (Pas de basque)— шаг баска. Вид прыжка с одной ноги на другую.

Па де буре (Pas de bourree) – Переход из 5 в 5 позицию, ноги на ку де пье

Па-де-ша (Pas de chat)— шаг кошки. Прыжковое движение, имитирующее легкий, грациозный прыжок кошки.

Па-де-сизо (Pas de siso)— «ножницы». Прыжок с одной ноги на другую, во время которого обе вытянутые ноги поочередно забрасываются высоко вперед, на мгновение соединяются в воздухе, а затем одна из них резко проводится назад.

Па-де-де (Pas de de) — танец вдвоем. Пожалуй, самый известный сложный парный танец, состоящий из антре, адажио, вариации танцовщика, вариации танцовщицы и коды.

Па-де-труа (Pas de trios)— танец втроем. Одна из разновидностей классического танца, в котором участвуют три исполнителя.

Пассе (Passe)- Проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполнятся по 1 на полу на 45% и 90%

Пор де бра (Port de bras) – Упражнение для корпуса, рук и головы

Пике – (Pike) Уколоть

Пуанте (Puante)– Носок

Пти батман (Petit battement) – маленький батман на щиколотке опорной ноги

Пти— маленький. Термин, применяемый для обозначения малых движений.

Пируэт— юла. Один оборот вокруг своей оси танцовщика, стоящего на одной ноге. Два или три оборота — это соответственно два или три пируэта и т.д. В женском же танце все виды вращений носят название «тур».

Плие(Plie)— сгибать. Приседание на двух или одной ноге. Гран плие — глубокое приседание до предела, с отрывом пятки от пола; деми плие — не отрывая пяток от пола.

Препарасьон— приготовление. Подготовительные движения для исполнения пируэтов, прыжков и других сложных па.

Релеве— поднимать. Подъем на полупальцы или пальцы.

Релеве лянд (Releve lend) – Медленное поднимание ноги на 90% и выше

Ронд де жамб ан лер (Rond de jambe en lair),(фра – Круг ногой в воздухе

Ронд де жамб пар тер (Rond de jambe par terre)– круг ногой по полу

Сисон симпль (Sisson simple) прыжок с двух ног на одну

Сисон фарме (Sisson fermee)– Прыжок с обеих ног с раскрыванием одной ноги на 90%, другая в пол и приземление в пятую позицию

Симпль (Simple) простой прыжок

Соте (Sote)– Прыжок с обеих ног на обе

Сюр ле ку де пье (Sur le cou-de-pied) на щиколотке опорной ноге

Танлие (Temps lie par terre)- Серия слитных взаимосвязанных движений развивающих координацию движений рук, ног, корпуса и головы

Тур (Tour),(франц.) — оборот, поворот. Поворот тела вокруг вертикальной оси на 360 градусов. Имеется множество разновидностей. В женском танце тур — то же самое, что у мужчин пируэт.

Фуэте (Fouette)— хлестать. Термин обозначает ряд танцевальных па, напоминающих движения хлыста, крутящегося или резко распрямляющегося в воздухе.

Шассе (Chasse)— охотиться, гнаться. Прыжок с продвижением, при исполнении которого одна нога как бы догоняет другую.

Шажман де пье (Changement de pieds) Прыжок, перемена ног в воздухе по 5 позиции.

Экарте (Ecartee)— раздвигать. Поза классического танца, в которой тело танцовщика развернуто по диагонали, а нога поднята в сторону.

Эпольман (Epaulement) –диагональное положение тела в точку 2 и 8

Эффасе (Effacee)— сглаживать. Одно из основных положений в классическом танце. Определяется раскрытым, развернутым характером позы, движения.

Эшапе (Echappe) Прыжок с переменой ног в воздухе из 5 во 2.

Ритм – чередование звуков (ударов) разной высоты и длительности.

Ритм движения – чередование двигательных фаз, т.е. промежутков времени, в которых происходит ускорение движения, замедление движения, статические позиции. Другими словами, чередование промежутков времени, в которых происходит и не происходит движение.

Ритмичное движение – движение, согласованное с внешним ритмом.

Другими словами: ритм движения согласован с музыкальным ритмом, подчиняется музыкальному ритму.

Основные характеристики ритма:

1. **Такт** - промежуток между двумя соседними сильными долями.
2. **Темп** - количество ударов в единицу времени.
3. **Музыкальный размер** - характеристика ритма, представляющая собой дробное число, в котором верхняя цифра ("числитель") указывает на количество долей в такте, а нижняя ("знаменатель") - на длительность доли.

Основных размеров всего два - двухдольный и трехдольный; из них образуются сложные (в том числе размер 4/4) и смешанные (5/4, 7/4 и пр.) размеры.

Примеры:

1. Размер 2/2 состоит из двух нот половинной длительности;
2. Размер 3/4 состоит из трех нот четвертной длительности;
3. Размер 4/4 состоит из четырех нот четвертной длительности;
4. Размер 7/8 состоит из семи нот восьмой длительности.
4. **Акцент** - выделение определенной доли или ноты. На сильные доли обычно делается акцент.

Первая доля в такте **всегда** сильная, на нее делается самый большой акцент, остальные доли более слабые.

Сильная доля и акцент - не одной и то же. Если этого требует характер музыкального произведения, акцент (ударение) может сместиться с сильной

доли на слабую. Но из-за этого ее нельзя называть «сильной» - сильная доля **всегда первая** в такте.

5. **Синкопа** - смещение акцента с сильной доли на слабую.

Термины современного танца.

ARCH (Арч) - Арка, прогиб торса назад.

BODI ROLL (Боди ролл) – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «Волна»).

BOUNCE (Баунс) – трамплинное покачивание вверх—вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH (Браш) – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP (Кэтч степ) – Шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION (Контракшн) – Сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

CURVE (Кёрф) – Изгиб верхней части позвоночника(до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND (Диип боди бэнд) – наклон вперед торсом ниже 90 градусов, сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION (Диип контракшн) - Сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочления, т е в это движение включаются руки, ноги и голова.

DROP (Дроп) – Падение расслабленного торса вперед или всторону.

FLAT BACK (Флет бэк) – наклон торса вперед, в сторону (на 90 гр.) назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP (Флэт степ) – Шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX (Флекс) – Сокращенная стопа или кисть.

FROG POSITION (Фрог-Позишн) – Позицыя сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

HIGH RELEASE (Хай Релиз) – Высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT (Хип Лифт) – Подъем бедра вверх.

HOP (Хоп) – Шаг- подскок, «Работающая» нога обычно в положении у колена.

JAZZ HAND (Джаз Хенд) – Положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLI ROLL (Джелли Ролл) – Движение пелвисом,состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (Синоним – шейк пелвиса.)

JERK POSITION (Джек Позишн) – Позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP (Джамп) – прыжок на двух ногах.

KICK (Кик) – бросок ноги вперед или в сторону на 45 градусов или 90 через вынимание приемом «Девелюпе».

LAY OUT (Лэй Аут) – положение, при котором нога, открытая на 90 градусов в сторону или назад, и торс составляют одну прямую линию.

LEAP (Лиип) – Прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LIFT (Лифт) – поднимать двигательный центр.

LOKOMOTOR (Локомотор) – Круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK (Лоу Бэк) – Округление позвоночника в пояснично- грудном отделе.

POINT (Поинт) – Вытянутое положен е стопы.

PRANCE (Пранс) – Движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения на полупальцах.

PRESS POSITION (Пресс-позишн)- Позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE (Релиз) – Расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

ROLL DOWN (Ролл Даун) – Спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP (Ролл Ап) – Обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

SHAKE (Шейк) – трясти.

SHIMI (Шимми) – Спиральное, закручивающее движение пелвисом вправо и влево.

SKEDE(Скид) – волочение по полу ненагруженной стопы.

SIDE CONTRACTION (Сайд Контрашн) – Боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH (Сайд Стрейч) – Боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

STEP BALL CHANGE (Стэп Болл Чендж) – Связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах(синоним па де буре).

SUNDARI (Зундари) – Движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

Свинговое раскачивание – Раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST (Фраст) – Резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT (Тилт) – Угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «работающая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90 градусов и выше.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Названия событий, мероприятия	Форма проведения	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	День знаний: выступление на линейке	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Сентябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы
2	Концерт «День Учителя»	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Октябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы
3	Крым в сердце моем	Концерт на Адресе	Ноябрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
4	Показательные выступления «Новогодние елки»	Праздник на уровне коллектива	Декабрь	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
5	Показательные выступления «А ну-ка, парни»	Праздник на уровне коллектива	Февраль	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
6	Концерт, посвящённый празднику 8 марта	Праздник на уровне коллектива	Март	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
7	Большой всероссийский	Концерт на Адресе	Апрель	Фото- и видеоматериалы

	фестиваль детского и юношеского творчества			с выступлением детей.
8	Салют Победы	Концерт на Адресе	Май	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей.
9	Последний звонок.	Праздник на уровне МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»	Май	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей. Заметки на сайте школы

9.3. Календарно-тематическое планирование

Уровень стартовый, год обучения первый, группа 1 классы

2026-2027 уч. год

	1 полугодие																	2 полугодие																	
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь			февраль			март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
Кол-во часов в месяц	14					10				10				14					9			9			10				12				11			
Кол-во часов в неделю	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
Аттестация/ формы контроля																	Итоговые показы	Итоговые показы																	Итоговые показы	Итоговые показы

Объем учебной нагрузки на учебный год 99 часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС (1 ГРУППА).

№	Тема занятия (тип занятия)	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечание
			По плану	По факту		
1.	**Введение. Инструктаж по ТБ.** Что такое хореография? Культура движений, искусство красиво преподнести себя в танце. Вид создания художественного образа, показанного без помощи речи. Чувства, мысли, переживания человека передаются с помощью движений, мимики. Инструктаж по технике безопасности поведения в аудитории, на сценических площадках.	**1**			Беседа.	
2.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание классических позиций ног и рук.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
3.	**Музыкально подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия) .** Разучивание комбинаций «Мама», « Марш снеговиков»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
4.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
5.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete,	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
6.	**Партерный тренаж.** Выполнение	**1**			Просмотр и анализ работы	

	упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.					
7.	**Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация)** Игровая разминку: Зайцы, Мишка,	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
8.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
9.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Rond de jambe par terre.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
10.	**Партерный тренаж.** Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Просмотр и анализ работы	
11.	**Танцевальная мозаика.** Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
12.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
13.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
14.	**Творческая импровизация.** Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется».	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
15.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение пройденного материала.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои	

					навыки.	
16.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
17.	**Партерный тренаж.** Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.				Просмотр и анализ работы	
18.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
19.	**Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения**.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
20.	**Танцевальные шаги.**	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
21.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
22.	**Творческая импровизация.** Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется».	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

23.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
24.	**Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения**.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
25.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Просмотр и анализ работы	
26.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
27.	**Творческая импровизация.** Физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением)	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
28.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
29.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
30.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Просмотр и анализ работы	
31.	**Групповые этюдные зарисовки.** Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить	

	движений джаза, модерна, контемпорари.				обратную связь от жюри и зрителей.	
32.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
33.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Композиционное построение. Изучение танцевальных движений.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
34.	**Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения**.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
35.	**Разогрев.** **Танцевальная мозаика.** Умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
36.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
37.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. B**attement fondu, battement frappe, releve lent.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
38.	**Групповые этюдные зарисовки.** Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить	

	движений джаза, модерна, контемпорари.				обратную связь от жюри и зрителей.	
39.	**Танцевальные шаги.** Спокойный шаг. Высокий шаг. Пружинистый шаг.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
40.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
41.	**Экзерсис у станка.** Plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
42.	**Творческая импровизация.** Физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением)	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
43.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
44.	**Экзерсис у станка.** Plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent. **Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
45.	Итоговый показ в форме открытого урока по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом уроке будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon	**1**				
46.	Итоговый показ в форме небольших игровых	**1**				

	танцах					
47.	Итоговый показ –танцевальные этюды	**1**				
48.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
49.	**Экзерсис у станка.** Battement developpe,	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
50.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции.				Фиксирование результата освоения программы	
51.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre				Просмотр и анализ работы	
52.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
53.	**Длительности, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные-слабые доли, музыкальный размер.** Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
54.	**Партерный тренаж.** Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
55.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции.				Фиксирование результата освоения программы	
56.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Развитие ориентировки в пространстве.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои	

	Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения.				навыки.	
57.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
58.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
59.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
60.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
61.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
62.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
63.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные				Фиксирование результата освоения программы	

	композиции.					
64.	**Музыкально-подвижные игры.** «Музыкальные змейки», «Зеркала», «Найди свое место»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
65.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
66.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
67.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
68.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
69.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
70.	**Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация).** Разминка	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
71.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Разводка танцевальных комбинаций в рисунках.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
72.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и	

					соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
73.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.	**1**			Просмотр и анализ работы	
74.	**Танцевальная мозаика.** Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
75.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
76.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
77.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble	**1**			Просмотр и анализ работы	
78.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
79.	**Танцевальные шаги.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
80.	**Музыкально-подвижные игры.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

					занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
81.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.	**1**			Просмотр и анализ работы	
82.	**Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация).** Разминка	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
83.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
84.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
85.	**Творческая импровизация.** Импровизация природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка. Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
86.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
87.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
88.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	

89.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
90.	**Музыкально-подвижные игры.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
91.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Исполнение танцевального этюда.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
92.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
93.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
94.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
95.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
96.	**Итоговый показ –танцевальные этюды**	**1**				
97.	**Итоговый показ** – в виде концертного номера.	**1**				
98.	**Итоговый показ** в форме небольшого танцевального номера с элементами	**1**				

	классического танца					
99.	**Итоговый показ**-выполнение пластических игр	**1**				
	ИТОГО:	**99**				

Уровень стартовый, год обучения второй, группа 2 класс

2026-2027 уч. год

	1 полугодие																	2 полугодие																			
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь			февраль				март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в месяц	14					10				10				14					9			12				10				12				11			
Кол-во часов в неделю	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2
Аттестация/ формы контроля																	Итоговые показы	Итоговые показы																	Итоговые показы	Итоговые показы

Объем учебной нагрузки на учебный год 102 часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 КЛАСС

№ занятия	Тема занятия (тип занятия)	Количество часов	Дата проведения (по плану)	Дата проведения (факт.)	Форма аттестации/контроля	Примечание
1.	**Введение. Инструктаж по ТБ.** Беседа «История развития танцев» Танец – это вид создания художественного образа, показанного без помощи речи. Балет «История танца». Почему в XIX веке балерины встали на пуанты, а в XX веке переобулись в кроссовки? **Инструктаж по технике безопасности поведения в аудитории, на сценических площадках.**	**1**			Беседа.	
2.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание классических поз.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
3.	**Музыкально подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия) .** Разучивание комбинаций «Мама», « Марш снеговиков»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
4.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных				Просмотр и анализ работы	

	движений.					
5.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
6.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete,	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
7.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.	**1**			Просмотр и анализ работы	
8.	**Моторика (Разминка, пластические этюдные зарисовки, творческая импровизация)** Игровая разминку: Зайцы, Мишка,	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
9.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
10.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Rond de jambe par terre.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
11.	**Партерный тренаж.** Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Просмотр и анализ работы	
12.	**Танцевальная мозаика.** Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
13.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
14.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	

15.	**Музыкально подвижные игры (Музыкальные игры, подвижные игры, игры путешествия) .** Разучивание комбинаций «Мама», « Марш снеговиков»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
16.	**Творческая импровизация.** Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется».	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
17.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.	**1**			Просмотр и анализ работы	
18.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
19.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
20.	**Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев,**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

	Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения) Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения**.**				занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
21.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
22.	**Танцевальные шаги.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
23.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
24.	**Творческая импровизация.** Учимся импровизировать. Составление музыкальных образов и композиций. Возможные темы: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай», «Сон трава», «Море волнуется».	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
25.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание	**1**			Фиксирование	

	комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete.				результата освоения программы	
26.	**Творческая импровизация.** Физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением)	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
27.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
28.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
29.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
30.	**Ритмический танец (Изучение и постановка ритмических танцев, Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения)** Различные	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации,	

	построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения**.**				выразительности и уровень вовлеченности.	
31.	**Танцевальные шаги.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
32.	**Групповые этюдные зарисовки.** Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных движений джаза, модерна, контемпорари.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
33.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение пройденного материала.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
34.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и	

					зрителей.	
35.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Композиционное построение. Изучение танцевальных движений.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
36.	**Разогрев.** **Танцевальная мозаика.** Умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
37.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
38.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
39.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. B**attement fondu, battement frappe,	**1**			Промежуточная проверка знаний и	

	releve lent.				умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
40.	**Танцевальные шаги.** Спокойный шаг. Высокий шаг. Пружинистый шаг.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
41.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
42.	**Экзерсис у станка.** Plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
43.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
44.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
45.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon	**1**				
46.	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах	**1**				
47.	Итоговый показ –танцевальные этюды	**1**				
48.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
49.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
50.	**Экзерсис у станка.** Battement developpe,	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои	

					навыки.	
51.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
52.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
53.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
54.	**Длительности, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные-слабые доли, музыкальный размер.** Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
55.	**Партерный тренаж.** Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации,	

					выразительности и уровень вовлеченности.	
56.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции.	**1**			Просмотр и анализ работы	
57.	**Музыкально-подвижные игры.** «Музыкальные змейки», «Зеркала», «Найди свое место»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
58.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
59.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
60.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои	

					навыки.	
61.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe	**1**			Просмотр и анализ работы	
62.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
63.	**Музыкально-подвижные игры.** «Музыкальные змейки», «Зеркала», «Найди свое место»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
64.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
65.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную	

					связь от жюри и зрителей.	
66.	**Групповые этюдные зарисовки.** Акробатические упражнения: виды кувырков, шпагаты, «березка», «мостик» (различные способы его исполнения), «колеса» (на двух руках, акробатическое, на одной руке, подготовка к «колесу» без рук, поддержки и т.д.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
67.	**Творческая импровизация.** «Перетекание». Танец от разных частей тела. Импровизация живых существ. Образы различных живых существ: человека, кошки, собачки, змеи, рыбки, птицы, балерины, лягушки, бабочки, королевы, принца, зайца.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
68.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
69.	**Партерный тренаж.** Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
70.	**Творческая импровизация.** Импровизация	**1**			Регулярное	

	природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка. Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.				наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
71.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.				Фиксирование результата освоения программы	
72.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
73.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
74.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции.	**1**			Просмотр и анализ работы	
75.	**Моторика (Разминка, пластические**	**1**			Регулярное	

	этюдные зарисовки, творческая импровизация). Разминка				наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
76.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Разводка танцевальных комбинаций в рисунках.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
77.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
78.	**Танцевальная мозаика.** Пластические этюдные зарисовки. танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

79.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
80.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble	**1**			Просмотр и анализ работы	
81.	**Творческая импровизация.** Импровизация природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка. Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
82.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
83.	**Танцевальные шаги.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
84.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Парная работа: галоп в парах, повороты в парах, смена партнёров; индивидуальная работа.				Фиксирование результата освоения программы	
85.	**Длительности, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные-слабые доли, музыкальный размер.** Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
86.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
87.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
88.	**Творческая импровизация.** Импровизация	**1**			Регулярное	

	природы. Образы природы: море, волны, лес, дерево, цветок, ветер, речка. Актёрское мастерство: Мимика и жесты, раскрытие образа с помощью чувств таких как: грусть, радость, обида, счастье, веселье, страданье.				наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
89.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
90.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
91.	**Музыкально-подвижные игры.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
92.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Исполнение танцевального этюда.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в	

					концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
93.	**Длительности, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные-слабые доли, музыкальный размер.** Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
94.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
95.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень	

					вовлеченности.	
96.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
97.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
98.	**Экзерсис у станка.** Повторение материала plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
99.	**Итоговый показ –танцевальные этюды**	**1**				
100.	**Итоговый показ**-выполнение пластических игр	**1**				
101.	**Итоговый показ** в форме небольшого танцевального номера с элементами классического танца	**1**				
102.	**Итоговый показ** – в виде концертного номера.	**1**				
	ИТОГО:	**102**				

Уровень базовый, год обучения третий, группа 3 класс

2026-2027 уч. год

	1 полугодие																	2 полугодие																			
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь			февраль				март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в месяц	14					10				10				14					9			12				10				12				11			
Кол-во часов в неделю	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
Аттестация/ формы контроля																	Итоговые показы	Итоговые показы																		Итоговые показы	Итоговые показы

Объем учебной нагрузки на учебный год 102 часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС

№ занятия	Тема занятия (тип занятия)	Количество часов	Дата проведения (по плану)	Дата проведения (факт.)	Форма аттестации/контроля	Примечание
1.	**Введение. Инструктаж по ТБ.**	**1**			Беседа.	
2.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. Проучивание классических поз. К основным позам в классическом танце относятся следующие: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, arabesques.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
3.	**Упражнения в ходьбе** Ходьба с координацией движения рук и ног. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
4.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Вишенок из балет «Чиполино»				Просмотр и анализ работы	
5.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
6.	**Функция внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.** Игра «Бегемотик» Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой **Функция внешнего дыхания, осваивать носовое дыхание.** Ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
7.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Просмотр и анализ работы	
8.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, Rond de jambe par terre. С использованием поз классического танца.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
9.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную	

					связь от жюри и зрителей.	
10.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** **Позиции ног в народно-сценическом танце.** Постановка корпуса на свободных, открытых, прямых и закрытых позициях. Пять свободных позиций ног (полувыворотные позиции). Пять (1-ая, 2-ая, 3-я, 4-я, 5-я) открытых позиций ног народно-сценического танца аналогичные пяти позициям классического танца. Пять прямых позиций ног Две «закрытые» позиции ног.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
11.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
12.	**Русский танец** Знакомство с музыкальным материалом, костюмом, характером и видами русского танца. - Положение рук в русском танце - Por de bras руками в характере русского танца, позднее с корпусом. - Обращение с платочком. - Поклоны 1. Маленький поклон – корпус слегка наклоняется, делает кивок головой; 2. Поясной поклон (наклон корпуса в пояс) на месте, с продвижением вперед и отходом назад; 3. Поклон ниже пояса, глубокий, до земли.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

13.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
14.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии. **Эмоции в танце.** Исследование различных эмоций (радость, грусть, удивление) через движение. **Танец по кругу.** Работа в группе, где каждый добавляет свои движения к общему танцу. Задание: создать круговой танец, где каждый по очереди добавляет новое движение.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
15.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

16.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Позиции и положения рук** Роль позиций и положений рук в народно-сценическом танце (участие в постановке корпуса, создание характера, образа). Четыре основных позиции: 1-я, 2-я, 3-я, - аналогично трём позициям классического танца. 4-я позиция Подготовительное положение	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
17.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.	**1**			Просмотр и анализ работы	
18.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
19.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Вишенок из балет «Чиполино»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
20.	**Упражнения с предметами. Игры на развитие внимательности в танце.** Эстафета с бубном. Пружинки. Сбор ягод.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
21.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
22.	**Русский танец.** - Основные ходы и шаги в русском народном танце: 1. Простой бытовой шаг; 2. Переменный шаг на всю ступню; 3. Сценический переменный шаг; 4. Шаркающий ход; 5. Шаг-притоп; 6. На ребро каблука; 7. На ребро каблука с проскальзывающим ударом;	**1**			Просмотр и анализ работы	
23.	**Экзерсис у станка, на середине зала.** Battement fondu. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
24.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
25.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete. С использованием поз классического танца.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
26.	**Вращения и прыжки на середине зала.** **Вращения на месте.** Пируэты в народном танце бывают нескольких видов. а) пируэт endehors из 3-ей позиции на присогнутом колене. б) пируэт endedans со 2-ой невыворотной позиции на присогнутом колене. в) пируэт endedans с замаха на воздух на присогнутом или на вытянутом колене. г) пируэт – tir-bouchon. д) пируэты endehors и endedans по 6-ой позиции на присогнутом или на вытянутом колене.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
27.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
28.	**Пляски и танцы.** Парный танец: перед исполнением танца под музыку с детьми необходимо разучить	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый	

	все его движения. Движения должны выполняться соответственно характеру и темпу музыки. Полька: перед разучиванием танца под музыку дети должны научиться правильно выполнять все его движения: закрепить уже знакомую им ходьбу приставным шагом, освоить движения ног и рук. Зайчики: перед проведением игры нужно познакомить детей с музыкальным произведением, отметив две его части.				показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
29.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Port de bras (переводы рук из позиции в позицию с фиксацией каждой позиции и слитно); Комбинированное port de bras.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
30.	**Русский танец** - Танцевальный бег: 1. Шаг-бег со свободной стопой; 2. С отбрасыванием ног назад; 3. С поднятием согнутых ног вперед; 4. «Острый» бег. - Элементы русского народного танца: 1. «Гармошка»; 2. «Елочка»; 3. Припадание (по первой прямой и 5-й выворотной позициям) 4. «Ковырялочка» без подскоков, с подскоком 5. «Молоточки» 6. «Маятник» 7. «Маталочка»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

31.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
32.	**Функция внешнего дыхания, осваивать носовое дыхание.** Игра «Снегопад» Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони. **Укрепление физиологическое дыхание у детей.** *Игра «Качели»* Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. *Игра «Часики»* ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз. *Игра «Насос»* Школьник ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
33.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
34.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Композиционное построение. Изучение	**1**			Выступления и конкурсы: участие в	

	танцевальных движений. Вариация Вишенок из балет «Чиполино»				концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
35.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** **Подготовка к началу движения (preparation)** Значение preparation на уроке народно-сценического танца (концентрация внимания на выполнение упражнения, передаёт характер). Подготовка к началу движения заключается в движении руки или рук, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения. При музыкальном размере 2/4 или 6/8 быстрого темпа подготовка составляет - 2 такта. При музыкальном размере 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт. - Preparation м. р. 2/4 или 6/8 быстрого темпа - 2 такта; - Preparation м. р. 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
36.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и	

					соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
37.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
38.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. B**attement fondu, battement frappe. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
39.	**Упражнения с предметами.** Игры на развитие внимательности в танце. Эстафета с бубном. Пружинки. Сбор ягод.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
40.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	

41.	**Allegro.** temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
42.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
43.	**Упражнения на развитие импровизации, на сочинение танцевальных движений.** **Музыкальные стили.** Исследование разных музыкальных стилей (джаз, хип-хоп, классика). Задание: импровизировать под разные музыкальные жанры и почувствовать их ритм. **Групповые ритмические танцы** Особенности исполнения движений танца. Основы ритмических движений. Упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп. Данный раздел включает в себя композицию, постановку и репетицию танца.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
44.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине	**1**				

	зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon					
45.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения у станка, а так же основы Русского танца на середине зала.	**1**				
46.	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах	**1**				
47.	Итоговый показ –танцевальные этюды	**1**				
48.	**Упражнения в ходьбе** Ходьба с координацией движения рук и ног. Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег на носках	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
49.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
50.	**Экзерсис у станка.** Повторение пройденного материала. Экзерсис на середине зала. Повторение комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
51.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Экзерсис у станка**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

	Значение экзерсиса в подготовке танцовщика (постановка корпуса, методика и техника исполнения элементов). Demi plie, grand plies (лицом к станку) по 1-й, 2-й, 3-й свободным позициям, 1-й прямой позиции. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Музыкальное сопровождение и выполнение движения в характере русского танца.				занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
52.	**Вращения и прыжки на середине зала. Вращение на припадании.** Исходная позиция ног – 3-я свободная. Руки раскрыты в стороны или лежат на талии (это положение используется чаще при проучивании). Корпус и голову держать прямо. Движение занимает 1 такт 2/4. **Бег в повороте на месте.** Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт на один поворот. Исходная позиция ног – 6-ая. Ноги, корпус и голова повёрнуты к точке 1. Руки во вращении открыты в стороны или лежат на талии, кисти собраны в кулачки.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
53.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
54.	**Белорусский танец** Знакомство с музыкальным материалом, бытом, характером и манерой исполнения, костюмом белорусского народа. Просмотр видеоролика с танцами: «Бульба», «Крыжачок», полька «Янка», «Лявониха», «Трясуха» (по выбору). - Основные положения рук в сольном и парном белорусском народно-сценическом танце. - Поклоны. - Основные ходы и шаги: 1. Основной ход танца «Лявониха»; 2. Боковой шаг с подбивкой (галоп), 3. Ход с отбивкой;	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
55.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
56.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Редисочки из балета «Чиполино»	**1**			Просмотр и анализ работы	
57.	**Упражнения на развитие импровизации, на сочинение танцевальных движений. Музыкальные стили.** Исследование разных музыкальных стилей (джаз, хип-хоп, классика).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

	Задание: импровизировать под разные музыкальные жанры и почувствовать их ритм. **Групповые ритмические танцы** Особенности исполнения движений танца. Основы ритмических движений. Упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп. Данный раздел включает в себя композицию, постановку и репетицию танца.				уровень вовлеченности.	
58.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
59.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Экзерсис у станка** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад: 1. С отведением ноги на носок (основной вид);	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
60.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций, battement frappe, releve lent и battement developpe.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся	

					демонстрируют свои навыки.	
61.	**Вращения и прыжки на середине зала.** **Прыжки.** Все большие прыжки могут исполнятся как на месте, так и с разбега. Прыжок с разбега по исполнению более сложный, чем на месте. В этом виде прыжков встречаются такие, где исполнитель отталкивается от пола не только двумя, но и одной ногой.	**1**			Просмотр и анализ работы	
62.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
63.	**Белорусский танец.** Притопы в три удара; Основной ход из танца «Крыжачок»; Подскоки с переступанием;	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
64.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
65.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и	

					конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
66.	**Функция внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.** *Игра «Бегемотик»* Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой **Функция внешнего дыхания, осваивать носовое дыхание.** Ребёнок сидит или стоит. *«Надувая шарик»* широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
67.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
68.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый	

					показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
69.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад: 2. С переводом стопы с носка на ребро каблука;	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
70.	**Упражнения с предметами. Игры на развитие внимательности в танце.** Эстафета с бубном. Пружинки. Сбор ягод.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
71.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира** – Battement tendu jete (маленькие броски) Это Вариант 1 Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги Музыкальный размер: 2/4				Фиксирование результата освоения программы	
72.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и	

					зрителей.	
73.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
74.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Редисочки из балета «Чиполино»	**1**			Просмотр и анализ работы	
75.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
76.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. 3. С переводом стопы с носка на ребро каблука et demi plie.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
77.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях	

					позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
78.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
79.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций releve lent и battement developpe, grand battement jete. **Allegro.** Проучивание прыжков: pas assemble, pas glissade	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
80.	**Белорусский танец.** Шаги польки с вращением соло и в паре; Полька с поворотом из танца «Янка»; Шаг с 2-ым подскоком. Этюдная работа.	**1**			Просмотр и анализ работы	
81.	**Функция внешнего дыхания, осваивать носовое дыхание.** *Игра «Снегопад»* Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони. **Укрепление физиологическое дыхание у детей.** *Игра «Качели»* Ребенку,	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

	находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Игра «Часики» ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз. *Игра «Насос»* Школьник ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее.					
82.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
83.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Вариант 2 Petit battement jete с p1ie на опорной ноге	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
84.	**Постановка эстрадного танца.**				Фиксирование результата освоения программы	

85.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Вариант 3 Petit battement tendu jete с сокращением стопы работающей ноги	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
86.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Каблучные упражнения. Каблучные упражнения вводят в работу пятку опорной ноги, которая то отделяется от пола, то опускается на пол. Они выполняются на легком полуприседании до конца движения. Вариант 1 Battement tendu с выносом ноги на каблук от щиколотки опорной ноги. Музыкальный размер: 2/4	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
87.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
88.	**Пляски и танцы.** Парный танец: перед исполнением танца под музыку с детьми необходимо разучить все его движения. Движения должны выполняться соответственно характеру и темпу музыки.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

	Полька: перед разучиванием танца под музыку дети должны научиться правильно выполнять все его движения: закрепить уже знакомую им ходьбу приставным шагом, освоить движения ног и рук. Зайчики: перед проведением игры нужно познакомить детей с музыкальным произведением, отметив две его части.				уровень вовлеченности.	
89.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Каблучные упражнения. Вариант 4 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук от колена опорной ноги	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
90.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
91.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Повторение пройденного материала.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

92.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio). Вариация Редисочки из балета «Чиполино»** Исполнение танцевального этюда.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
93.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** **Различные построения рисунков и фигур.** Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии. **Эмоции в танце.** Исследование различных эмоций (радость, грусть, удивление) через движение. **Танец по кругу.** Работа в группе, где каждый добавляет свои движения к общему танцу. Задание: создать круговой танец, где каждый по очереди добавляет новое движение.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
94.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать	

					достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
95.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
96.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение материала plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
97.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
98.	**Упражнения с предметами. Игры на развитие внимательности в танце.** Эстафета с бубном. Пружинки. Сбор ягод.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои	

					навыки.	
99.	**Итоговый показ –танцевальные этюды**	**1**				
100.	**Итоговый показ-**выполнение пластических игр	**1**				
101.	**Итоговый показ** в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения у станка, а так же основы Белорусского танца на середине зала.	**1**				
102.	**Итоговый показ** – в виде концертного номера.	**1**				
	ИТОГО:	**102**				

Уровень базовый, год обучения третий, группа 4 класс

2026-2027 уч. год

	1 полугодие																	2 полугодие																			
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь			февраль				март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в месяц	14					10				10				14					9			12				10				12				11			
Кол-во часов в неделю	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2
Аттестация/ формы контроля																	Итоговые показы	Итоговые показы																	Итоговые показы	Итоговые показы

Объем учебной нагрузки на учебный год 102 часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 КЛАСС

№ занятия	Тема занятия (тип занятия)	Количество часов	Дата проведения (по плану)	Дата проведения (факт.)	Форма аттестации/контроля	Примечание
1.	**Введение. Инструктаж по технике безопасности поведения в аудитории, на сценических площадках.**	**1**			Беседа.	
2.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. Проучивание классических поз. К основным позам в классическом танце относятся следующие: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, arabesques.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
3.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Разогрев.** Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
4.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»				Просмотр и анализ работы	
5.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях	

					позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
6.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик. Команды в строевых упражнениях.** Совершенствование навыков выполнений команд в строевых упражнениях.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
7.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Просмотр и анализ работы	
8.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, Rond de jambe par terre. С использованием поз классического танца.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
9.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
10.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа**	**1**			Промежуточная	

	мира. **Позиции ног в народно-сценическом танце.** Постановка корпуса на свободных, открытых, прямых и закрытых позициях. Пять свободных позиций ног (полувыворотные позиции). Пять (1-ая, 2-ая, 3-я, 4-я, 5-я) открытых позиций ног народно-сценического танца аналогичные пяти позициям классического танца. Пять прямых позиций ног Две «закрытые» позиции ног.				проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
11.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
12.	**Татарский народный танец.** Знакомство с музыкальным материалом, характером, манерой исполнения татарских народных танцев. Костюмы. Просмотр танцев (видео). Основные положения рук. - Поклоны. - Основной ход. - Мужской ход на каблуке.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
13.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и	

					зрителей.	
14.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
15.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
16.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Позиции и положения рук** Роль позиций и положений рук в народно-сценическом танце (участие в постановке корпуса, создание характера, образа). Четыре основных позиции: 1-я, 2-я, 3-я, - аналогично трём позициям классического танца. 4-я позиция Подготовительное положение	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
17.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.	**1**			Просмотр и анализ работы	
18.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
19.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
20.	**Положение рук и ног в современном танце.** Изучение параллельных позиций ног (I, II, III, IV, V позиций ног), изучение положений рук - положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
21.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
22.	**Татарский народный танец.** -Бишек. - Ход с каблука. - Брма.	**1**			Просмотр и анализ работы	
23.	**Экзерсис у станка, на середине зала.** Battement fondu. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся	

					демонстрируют свои навыки.	
24.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
25.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete. С использованием поз классического танца.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
26.	**Вращения и прыжки на середине зала.** **Вращения на месте.** Пируэты в народном танце бывают нескольких видов. а) пируэт endehors из 3-ей позиции на присогнутом колене. б) пируэт endedans со 2-ой невыворотной позиции на присогнутом колене. в) пируэт endedans с замаха на воздух на присогнутом или на вытянутом колене. г) пируэт – tir-bouchon. д) пируэты endehors и endedans по 6-ой позиции на присогнутом или на вытянутом колене.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
27.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать	

					достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
28.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик. Общеразвивающие упражнения** ОРУ для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног, для мышц всего тела.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
29.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Port de bras (переводы рук из позиции в позицию с фиксацией каждой позиции и слитно); Комбинированное port de bras.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
30.	**Татарский народный танец.** -Боковой ход с разворотом стопы. - Бег с ударом полупальцами сзади. - Этюдная работа.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
31.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
32.	**Этюды и постановочная работа. Танцевальные шаги.** Виды ходьбы: Бодрый шаг Спортивно-торжественная ходьба Спокойный шаг Высокий шаг	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
33.	**Подготовка концертных (конкурсных)**	**1**			Выступления и	

	номеров.				конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
34.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Композиционное построение. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
35.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** **Подготовка к началу движения (preparation)** Значение preparation на уроке народно-сценического танца (концентрация внимания на выполнение упражнения, передаёт характер). Подготовка к началу движения заключается в движении руки или рук, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения. При музыкальном размере 2/4 или 6/8	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	

	быстрого темпа подготовка составляет - 2 такта. При музыкальном размере 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт. - Preparation м. р. 2/4 или 6/8 быстрого темпа - 2 такта; - Preparation м. р. 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.					
36.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
37.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
38.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. B**attement fondu, battement frappe. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
39.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.** Повороты и наклоны головы + Sundari,	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

	Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).				уровень вовлеченности.	
40.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
41.	**Allegro.** temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete Проучивание прыжков sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
42.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
43.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.** **Упражнения для развития гибкости тела.** Упражнения для улучшения гибкости шеи; упражнения для улучшения эластичности	**1**			Фиксирование результата освоения программы	

	плечевого пояса и подвижности плечевых суставов; упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;					
44.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon	**1**				
45.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения у станка, а так же основы Русского танца на середине зала.	**1**				
46.	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах	**1**				
47.	Итоговый показ –танцевальные этюды	**1**				
48.	**Этюды и постановочная работа. Групповые этюдные зарисовки.** Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных движений джаза, модерна, контемпорари.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
49.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
50.	**Экзерсис у станка.** Повторение	**1**			Промежуточная	

	пройденного материала. Экзерсис на середине зала. Повторение комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete				проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
51.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Экзерсис у станка** Значение экзерсиса в подготовке танцовщика (постановка корпуса, методика и техника исполнения элементов). Demi plie, grand plies (лицом к станку) по 1-й, 2-й, 3-й свободным позициям, 1-й прямой позиции. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Музыкальное сопровождение и выполнение движения в характере русского танца.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
52.	**Вращения и прыжки на середине зала. Вращение на припадании.** Исходная позиция ног – 3-я свободная. Руки раскрыты в стороны или лежат на талии (это положение используется чаще при проучивании). Корпус и голову держать прямо. Движение занимает 1 такт 2/4. **Бег в повороте на месте.** Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт на один поворот. Исходная позиция ног – 6-ая. Ноги, корпус и голова повёрнуты к точке 1. Руки во вращении открыты в стороны или лежат на талии, кисти собраны в кулачки.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	

53.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
54.	**Итальянский народный танец.** Знакомство с музыкальным материалом, характером, манерой исполнения итальянских народных танцев. Костюмы. Просмотр танцев (видео). - Основные положения рук. - Поклоны. - Два вида хода: 1. ballone вперед; 2. emboite вперёд, назад.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
55.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
56.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Флорины из балета «Спящая красавица»	**1**			Просмотр и анализ работы	
57.	**Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.** Plie с различными движениями рук, Battement tandu et Battement tandu iete в	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации,	

	параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).				выразительности и уровень вовлеченности.	
58.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
59.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира. Экзерсис у станка** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад: 1. С отведением ноги на носок (основной вид);	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
60.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций, battement frappe, releve lent и battement developpe.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
61.	**Вращения и прыжки на середине зала. Прыжки.** Все большие прыжки могут исполнятся как на месте, так и с разбега. Прыжок с разбега по исполнению более сложный, чем на месте. В этом виде	**1**			Просмотр и анализ работы	

	прыжков встречаются такие, где исполнитель отталкивается от пола не только двумя, но и одной ногой.					
62.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
63.	**Итальянский народный танец.** -Pas de basgue. - Прыжки на arabesgue. - Выбрасывание ноги с каблука на носок.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
64.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
65.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную	

					связь от жюри и зрителей.	
66.	**Этюды и постановочная работа. Коллективная работа, в паре, сольно.** Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
67.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
68.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
69.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. Выполнение упражнения в характере русского танца. Исходная позиция 1-я свободная, позднее – 3-я, 5-я выворотные позиции (лицом к станку). Движение выполняется вперед, сторону, назад: 2. С переводом стопы с носка на ребро каблука;	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
70.	**Основные положения тела в современном**	**1**			Регулярное	

	танце, экзерсис на середине зала, кросс. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Rond de jamb par terre с «противоходом» рук.				наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
71.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира** – Battement tendu jete (маленькие броски) Это Вариант 1 Petit battement jete с подъемом пятки опорной ноги Музыкальный размер: 2/4				Фиксирование результата освоения программы	
72.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
73.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
74.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Флорины из балета	**1**			Просмотр и анализ работы	

	«Спящая красавица»					
75.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
76.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Battements tendus лицом к станку, муз. размер 4/4, 2/4. 3. С переводом стопы с носка на ребро каблука et demi plie.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
77.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
78.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
79.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций releve lent и battement developpe, grand battement jete. **Allegro.** sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
80.	**Итальянский народный танец.** - Pas echappe с tirbouchone. - Навыки обращения с тамбурином. - «Beep» (разучивается у станка)	**1**			Просмотр и анализ работы	
81.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.** **Силовые упражнения.** Упражнения на развитие силы и мышц рук; упражнения на развитие мышц пресса; упражнения на развитие мышц спины, ягодиц; упражнения на развитие силы и мышц ног.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
82.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
83.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Вариант 2 Petit battement jete с p1ie на опорной ноге	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

					занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
84.	**Постановка эстрадного танца.**				Фиксирование результата освоения программы	
85.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Вариант 3 Petit battement tendu jete с сокращением стопы работающей ноги	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
86.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Каблучные упражнения. Каблучные упражнения вводят в работу пятку опорной ноги, которая то отделяется от пола, то опускается на пол. Они выполняются на легком полуприседании до конца движения. Вариант 1 Battement tendu с выносом ноги на каблук от щиколотки опорной ноги. Музыкальный размер: 2/4	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
87.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
88.	**Этюды и постановочная работа. Коллективная работа, в паре, сольно.** Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
89.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Каблучные упражнения. Вариант 4 Каблучное упражнение – вынесение работающей ноги на каблук от колена опорной ноги	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
90.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
91.	**Экзерсис у станка в стиле танцев народа мира.** Повторение пройденного материала.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
92.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio). Вариация Флорины из балета «Спящая красавица»** Исполнение танцевального этюда.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
93.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Кросс.** Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
94.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
95.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

					занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
96.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение материала plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
97.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
98.	**Этюды и постановочная работа. Танцевальные шаги.** -Шаг на носках -Тихая, осторожная ходьба -Пружинистый шаг	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
99.	**Итоговый показ –танцевальные этюды**	**1**				
100.	**Итоговый показ**-выполнение пластических игр	**1**				
101.	**Итоговый показ** в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка в стиле	**1**				

	танцев народов мира» на открытом занятии будут представлены упражнения у станка, а так же основы Белорусского танца на середине зала.					
102.	**Итоговый показ** – в виде концертного номера.	**1**				
	ИТОГО	**102**				

Уровень базовый, год обучения третий, группа 5 класс

2026-2027 уч. год

	1 полугодие																	2 полугодие																			
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь			февраль				март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в месяц	14					10				10				14					9			12				10				12				11			
Кол-во часов в неделю	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2
Аттестация/ формы контроля																	Итоговые показы	Итоговые показы																	Итоговые показы	Итоговые показы

Объем учебной нагрузки на учебный год 102 часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ занятия	Тема занятия (тип занятия)	Количество часов	Дата проведения (по плану)	Дата проведения (факт.)	Форма аттестации/контроля	Примечание
1.	**Введение. Инструктаж по ТБ.**	**1**			Беседа.	
2.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. Проучивание классических поз. К основным позам в классическом танце относятся следующие: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, arabesques.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
3.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс.** **Разогрев.** Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
4.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»				Просмотр и анализ работы	
5.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать	

					достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
6.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик. Команды в строевых упражнениях.** Совершенствование навыков выполнений команд в строевых упражнениях.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
7.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Просмотр и анализ работы	
8.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, Rond de jambe par terre. С использованием поз классического танца.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
9.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
10.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Положение рук и ног в современном**	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый	

	танце. I close-poz в сторону — руки согнуты в локтях, кисти на уровне солнечного сплетения (груди). Локти направлены точно в стороны, руки не прижаты к телу, пальцы рук не соприкасаются. Иногда эту позицию называют А-позиция. I close-poz вниз — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч и не прижимаются.				показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
11.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
12.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
13.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
14.	**Коллективная работа, в паре, сольно.** Различные построения рисунков и фигур. Приемы перестроения из одной фигуры в другую. Развитие ориентировки в пространстве. Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	

	движения.					
15.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
16.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete, Rond de jambe par terre. С использованием поз классического танца и на полупальцах.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
17.	**Партерный тренаж.** Выполнение упражнений, в положении лёжа и сидя на полу.	**1**			Просмотр и анализ работы	
18.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
19.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
20.	**Положение рук и ног в современном**	**1**			Регулярное наблюдение	

	танце. Изучение параллельных позиций ног (I, II, III, IV, V позиций ног), изучение положений рук - положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)				за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
21.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
22.	**Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.** Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - круги поочередно; - шейк плеч.	**1**			Просмотр и анализ работы	
23.	**Экзерсис у станка, на середине зала.** Battement fondu. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
24.	**Подготовка концертных (конкурсных)**	**1**			Регулярное наблюдение	

	номеров.				за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
25.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete. С использованием поз классического танца.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
26.	**Вращения и прыжки на середине зала.** **Вращения на месте.** Пируэты в народном танце бывают нескольких видов. а) пируэт endehors из 3-ей позиции на присогнутом колене. б) пируэт endedans со 2-ой невыворотной позиции на присогнутом колене. в) пируэт endedans с замаха на воздух на присогнутом или на вытянутом колене. г) пируэт – tir-bouchon. д) пируэты endehors и endedans по 6-ой позиции на присогнутом или на вытянутом колене.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
27.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и	

					зрителей.	
28.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик. Общеразвивающие упражнения** ОРУ для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног, для мышц всего тела.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
29.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
30.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
31.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
32.	**Этюды и постановочная работа. Танцевальные шаги.** Виды ходьбы: Бодрый шаг Спортивно-торжественная ходьба Спокойный шаг Высокий шаг	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
33.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать	

					достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
34.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Композиционное построение. Изучение танцевальных движений. Вариация Авроры из балет «Спящая красавица»	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
35.	**Групповые этюдные зарисовки.** Перестроения в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре через одного. Разучивание четкого и синхронного взаимодействия в группе «продакшн».	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
36.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
37.	**Партерный тренаж.** Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	**1**			Фиксирование результата освоения	

					программы	
38.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro. B**attement fondu, battement frappe. С использованием поз классического танца.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
39.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.** Повороты и наклоны головы + Sundari, Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
40.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
41.	**Allegro.** temps leve saute, changement de pieds, pas echappe, pas assemble, pas jete Проучивание прыжков sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
42.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и	

					соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
43.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.** **Упражнения для развития гибкости тела.** Упражнения для улучшения гибкости шеи; упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов; упражнения для улучшения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;	**1**			Фиксирование результата освоения программы	
44.	**Подготовка концертных (конкурсных) номеров.**	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
45.	Итоговый показ в форме открытого занятия по разделу «Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro» на открытом занятии будут представлены упражнения на постановку корпуса, разработки выворотности ног, освоение ширины шага, работа на ballon	**1**				
46.	Итоговый показ в форме небольших игровых танцах	**1**				
47.	Итоговый показ –танцевальные этюды	**1**				
48.	**Этюды и постановочная работа.**	**1**			Промежуточная	

	Групповые этюдные зарисовки. Изучение различных видов вращений, падений, поддержек, основных движений джаза, модерна, контемпорари.				проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
49.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
50.	**Экзерсис у станка.** Повторение пройденного материала. Экзерсис на середине зала. Повторение комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
51.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Разогрев** Разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны и повороты торса. Разогрев с использованием уровней. Твисты и спирали торса в положении сидя. Упражнения на contraction и release в положении сидя. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
52.	**Танцевальные шаги.** Прыжковые движения Прыжки на двух ногах	**1**			Фиксирование результата освоения	

	Подскоки с ноги на ногу Легкие подскоки соответствуют легкой, подвижной, радостной музыке, чаще всего в размере 6/8 или включающей пунктирный ритм (восьмая с точкой - шестнадцатая) Прямой галоп - движение «лошадок»				программы	
53.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Постановка эстрадного танца.** Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180).	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
54.	**Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
55.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
56.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Флорины из балета «Спящая красавица»	**1**			Просмотр и анализ работы	
57.	**Построение и разучивание экзерсиса на**	**1**			Регулярное наблюдение	

	середине зала. Plie с различными движениями рук, Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).				за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
58.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
59.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
60.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций, battement frappe, releve lent и battement developpe.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
61.	**Кросс.** Практика: Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Комбинации	**1**			Просмотр и анализ работы	

	шагов + Kicr (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360 градусов. Комбинации шагов, соединенных с вращениями. Использование всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4х центров.					
62.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
63.	**Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения** Движение грудной клеткой –диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
64.	**Allegro.** Проучивание прыжков: temps leve saute, changement de pieds, pas echappe	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и	

					уровень вовлеченности.	
65.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
66.	**Этюды и постановочная работа. Коллективная работа, в паре, сольно.** Развитие чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
67.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
68.	**Экзерсис на середине зала.** Проучивание комбинаций rond de jambe par terre, battement fondu.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	

69.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
70.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.** Rond de jamb par terre с «противоходом» рук.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
71.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Вариация Флорины из балета «Спящая красавица» Исполнение танцевального этюда.				Фиксирование результата освоения программы	
72.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
73.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины. Дыхательная гимнастика с использованием	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время	

	contraction, release.				занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
74.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio).** Соединение движений в танцевальные композиции. Вариация Флорины из балета «Спящая красавица»	**1**			Просмотр и анализ работы	
75.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
76.	**Экзерсис у станка.** Повторение пройденного материала. **Экзерсис на середине зала.** Повторение комбинаций plie, battement tendu, battement tendu jete	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
77.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную	

					связь от жюри и зрителей.	
78.	**Партерный тренаж.** Силовые упражнения на пресс, укрепления мышц рук, ног, спины. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
79.	**Экзерсис у станка.** Проучивание комбинаций releve lent и battement developpe, grand battement jete. **Allegro.** sissonne simple, sissonne ouverte, Sissonne tombée.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
80.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Просмотр и анализ работы	
81.	**Акробатические элементы: колесо, шпагат, переворот, мостик.** **Силовые упражнения.** Упражнения на развитие силы и мышц рук; упражнения на развитие мышц пресса; упражнения на развитие мышц спины, ягодиц; упражнения на развитие силы и мышц ног.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
82.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и	

					получить обратную связь от жюри и зрителей.	
83.	**Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.** Grand Battement Jete (45, 90, 180). Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
84.	**Постановка эстрадного танца.**				Фиксирование результата освоения программы	
85.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
86.	**Положение рук и ног в современном танце.** II close-poz — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч. Локти направлены точно в стороны. Jazz-hend [джаз-хэнд] — дословно с английского означает джазовая рука. Пальцы напряжены и максимально разведены друг от друга. Flex [флэкс] — сокращенная кисть, т.е. ладонь перпендикулярно к предплечью,	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	

	Stretch [Стрэйч] — вытянутая кисть, т.е. ладонь раскрыта и является продолжением предплечья, Fist [Фёст] — сжатый кулак.					
87.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
88.	**Этюды и постановочная работа. Коллективная работа, в паре, сольно.** Использование различных видов шагов. Создание музыкально-двигательного образа на основе мелодии.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
89.	**Кросс.** Шаги с координацией 3-4х центров. Шаги с использованием contraction и release. Смена направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
90.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях	

					позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
91.	**Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.** Grand Battement Jete (45, 90, 180). Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
92.	**Танцевальный этюд (Маленькое adajio). Вариация Флорины из балета «Спящая красавица»** Исполнение танцевального этюда.	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
93.	**Основные положения тела в современном танце, экзерсис на середине зала, кросс. Кросс.** Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
94.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и	

					конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	
95.	**Партерный тренаж.** Упражнения stretch-характера.	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности.	
96.	**Экзерсис у станка, на середине зала, Allegro.** Повторение материала plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, releve lent и battement developpe, grand battement jete.	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
97.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Выступления и конкурсы: участие в концертах и соревнованиях позволяет не только продемонстрировать достижения, но и получить обратную связь от жюри и зрителей.	

98.	**Этюды и постановочная работа. Танцевальные шаги.** -Шаг на носках -Тихая, осторожная ходьба -Пружинистый шаг	**1**			Промежуточная проверка знаний и умений, итоговый показ, где учащиеся демонстрируют свои навыки.	
99.	**Постановка эстрадного танца.**	**1**			Регулярное наблюдение за учениками во время занятий, оценка их техники, координации, выразительности и уровень вовлеченности	
100.	**Итоговый показ –танцевальные этюды**	**1**				
101.	**Итоговый показ-**выполнение пластических игр	**1**				
102.	**Итоговый показ** – в виде концертного номера.	**1**				
	ИТОГО:	**102**				

9.4. Лист корректировки

№ п/п	*Дата корректировки*	*Причина корректировки*	*Согласование с руководителем учреждения*