

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ПРЕДМЕТОВ  
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО  
ЦИКЛА № 58 г.ТОМСКА

Согласовано  
Педагогическим советом  
Протокол № 01  
от «31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ №58 г. Томска  
С. А. Сидорова  
Приказ от 31.08.2021 № 310

**Адаптированная  
дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи  
Вариант 5.2**

**«Хореография. Такт.»**

**Возраст обучающихся: 7-13 лет**

**Срок обучения: 8 лет**

**Составитель:  
Перевалова Н.В., педагог  
дополнительного образования**

Томск

## **Структура дополнительной общеобразовательной программы:**

### *Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»:*

- 1.1. Пояснительная записка;
- 1.2. Цель и задачи программы;
- 1.3. Содержание программы (учебный план и содержание учебно-тематического плана);
- 1.4. Планируемые результаты.

### *Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:*

- 2.1. Календарный учебный график;
- 2.2. Условия реализации программы;
- 2.3. Формы аттестации;
- 2.4. Оценочные материалы;
- 2.5. Методические материалы;
- 2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы;
- 2.7. Список литературы.

## Информационная карта образовательной программы

<b>I. Наименование программы</b>	Хореография. «Такт»	
<b>II. Направленность</b>	Художественная (вариант 5.2.)	
<b>III. Сведения об авторе (составителе)</b>		
1. ФИО	Первалова Наталия Васильевна	
2. Год рождения	1976	
3. Образование	высшие	
4. Место работы	МАОУ СОШ №58	
5. Должность	Педагог дополнительного образования	
6. Квалификационная категория	высшая	
7. Электронный адрес, контактный телефон	9539139272	
<b>V. Сведения о программе</b>		
1. Срок реализации	8 лет	
2. Возраст обучающихся	7-13	
3. Тип программы	Дополнительная	
4. Характеристика программы	Развивающая	
По месту в образовательной модели	1.1 Пояснительная записка 1.2 Цель и задачи 1.3 Содержание 1.4 Результативность	
По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности	2.1 Календарный учебный график 2.2 Условия реализации 2.3 Форма аттестации 2.4 Оценочные материалы 2.5 Рабочие программы(модули)курсов, дисциплин программы 2.6 Методические материалы 2.7 Список литературы	
5. Цель программы	Развитие творческих способностей детей и подростков с тяжелыми нарушениями речи средствами хореографического искусства	
6. Учебные курсы/дисциплины/разделы(в соответствии с учебным планом)	1. Музыка и движение 2. Классический танец 3. Народно-сценический танец 4. Современный танец	
7. Ведущие формы и методы образовательной деятельности	Формы: игровые, познавательные, творческие.	Методы: наглядный, практический, словесный, метод наблюдения, повторения, беседа.
8. Форма мониторинга результативности	Контрольные уроки, открытые уроки для родителей, текущее наблюдение, конкурс, фестиваль, концерт.	
9. Результативность реализации программы	Карта результативности освоение программы: на начало года, середины, итог года.	
10. Дата утверждения и последней корректировки	Приказ №	
11. Рецензенты		

## ***Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»***

### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Рабочая дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа художественной направленности «Хореография «Такт», составлена для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (вариант 5.2) на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
4. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями».
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
7. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России – М.: Просвещение, 2010 г.
8. Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи МАОУ СОШ № 58 г. Томска. Вариант 52;
9. Учебный план МАОУ СОШ № 58 г. Томска.

Рабочая программа имеет направление художественное и составлена на основе программ «Ритмика и танец» Н.И. Бочкарёвой, Министерства образования и науки для учреждений дополнительного образования и программ Министерства культуры для хореографических училищ. Раскрытие потенциальных способностей подрастающего человека, формирование его физических и духовных качеств возможны средствами музыки и танца. Ведь движение под музыку оказывает огромную силу воздействия на маленького человечка, развивая потребность в приобщении их к искусству.

**Направленность программы – художественная.**

**Актуальность программы** - данной программы заключается в предоставлении ребёнку и подростку спектра возможностей по реализации его интересов и способностей в сфере хореографии; в обеспечении потребностей школы в формировании общей культуры воспитанников, безопасной и продуктивной организации их свободного времени, создании самостоятельного творческого коллектива, презентации результатов его деятельности на различных уровнях (городском, областном, всероссийском и международном.).

**Отличительные особенности программы** – востребованность программы со стороны педагогов, воспитанников и их родителей в значительной степени определяется: интересом к классическим эталонам искусства, определяющим развитие современной музыки, театра, танца, стремлением к самостоятельным пробам детей и подростков в освоении классических и

современных направлений хореографии, поиском форм, способов, средств поддержки культуры здорового образа жизни подрастающего поколения, формирования ценностного отношения к физическому и психическому здоровью человека

**Адресат программы** – программа ориентирована на детей и подростков 7-13 лет, желающих заниматься хореографическим искусством, состав группы 12-15 человек.

### **Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ТНР**

У детей с фонетико-фонематическим и фонетическим недоразвитием речи наблюдается нарушение процесса формирования произносительной системы родного языка вследствие дефектов восприятия и произношения фонем.

Отмечается незаконченность процессов формирования артикулирования и восприятия звуков, отличающихся тонкими акустико-артикуляторными признаками. Несформированность произношения звуков крайне вариативна и может быть выражена в различных вариантах: отсутствие, замены (как правило, звуками простыми по артикуляции), смешение, искаженное произнесение (не соответствующее нормам звуковой системы родного языка).

Определяющим признаком фонематического недоразвития является пониженная способность к дифференциации звуков, обеспечивающая восприятие фонемного состава родного языка, что негативно влияет на овладение звуковым анализом.

Фонетическое недоразвитие речи характеризуется нарушением формирования фонетической стороны речи либо в комплексе (что проявляется одновременно в искажении звуков, звукослоговой структуры слова, в просодических нарушениях), либо нарушением формирования отдельных компонентов фонетического строя речи (например, только звукопроизношения или звукопроизношения и звукослоговой структуры слова). Такие обучающиеся хуже, чем их сверстники запоминают речевой материал, с большим количеством ошибок выполняют задания, связанные с активной речевой деятельностью.

Обучающиеся с нерезко выраженным общим недоразвитием речи характеризуются остаточными явлениями недоразвития лексико-грамматических и фонетико-фонематических компонентов языковой системы. У таких обучающихся не отмечается выраженных нарушений звукопроизношения. Нарушения звукослоговой структуры слова проявляются в различных вариантах искажения его звукозаполняемости как на уровне отдельного слога, так и слова. Наряду с этим отмечается недостаточная выразительность речи, нечеткая дикция, создающие впечатление общей смазанности речи, смешение звуков, свидетельствующее о низком уровне сформированности дифференцированного восприятия фонем и являющееся важным показателем не закончившегося процесса фонем образования.

У обучающихся обнаруживаются отдельные нарушения смысловой стороны речи. Несмотря на разнообразный предметный словарь, в нем отсутствуют слова, обозначающие названия некоторых животных, растений, профессий людей, частей тела. Обучающиеся склонны использовать типовые и сходные названия, лишь приблизительно передающие оригинальное значение слова. Лексические ошибки проявляются в замене слов, близких по ситуации, по значению, в смешении признаков. Выявляются трудности

передачи обучающимися системных связей и отношений, существующих внутри лексических групп. Обучающиеся плохо справляются с установлением синонимических и антонимических отношений, особенно на материале слов с абстрактным значением.

Недостаточность лексического строя речи проявляется в специфических словообразовательных ошибках. Правильно образуя слова, наиболее употребляемые в речевой практике, они по-прежнему затрудняются в продуцировании более редких, менее частотных вариантов. Недоразвитие словообразовательных процессов, проявляющееся преимущественно в нарушении использования непродуктивных словообразовательных аффиксов, препятствует своевременному формированию навыков группировки однокоренных слов, подбора родственных слов и анализа их состава, что впоследствии сказывается на качестве овладения программой по русскому языку.

Недостаточный уровень сформированности лексических средств языка особенно ярко проявляется в понимании и употреблении фраз, пословиц с переносным значением.

В грамматическом оформлении речи часто встречаются ошибки в употреблении грамматических форм слова.

Особую сложность для обучающихся представляют конструкции с придаточными предложениями, что выражается в пропуске, замене союзов, инверсии. Лексико-грамматические средства языка у обучающихся сформированные одинаково. С одной стороны, может отмечаться незначительное количество ошибок, которые носят непостоянный характер и сочетаются с возможностью осуществления верного выбора при сравнении правильного и неправильного ответов, с другой – устойчивый характер ошибок, особенно в самостоятельной речи.

Отличительной особенностью является своеобразие связной речи, характеризующееся нарушениями логической последовательности, застраиванием на второстепенных деталях, пропусками главных событий, повторами отдельных эпизодов при составлении рассказа на заданную тему, по картинке, по серии сюжетных картин. При рассказывании о событиях из своей жизни, составлении рассказов на свободную тему с элементами творчества используются, в основном, простые малоинформативные предложения.

Наряду с расстройствами устной речи у обучающихся отмечаются разнообразные нарушения чтения и письма, проявляющиеся в стойких, повторяющихся, специфических ошибках при чтении и на письме, механизм возникновения которых обусловлен недостаточной сформированностью базовых высших психических функций, обеспечивающих процессы чтения и письма в норме.

; на развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию

**Срок освоения программы** – 8 лет.

**Формы обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса** – в соответствии с индивидуальными учебными планами в объединениях по интересам, сформированы группы учащихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения ансамбли.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий-**

Занятия проводятся: 1-ый год обучения -2часа в неделю -68 часов в год, со 2-8ой года обучения 6 часов в неделю 204 часа в год, занятие- 40минут.

## 1.2 Цель и задачи программы.

**Цель** - развитие творческих способностей детей и подростков средствами искусства хореографии.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- Формирование предметной компетентности в области хореографии: знание о многообразии видов и жанров искусства хореографии, истории танцевального искусства, танцевальных жанрах (классический, народный, современный танцы).
- Формирование базовых хореографических навыков для творческого выражения заданного образа.
- Приобщение воспитанников к истории искусства танца, его традициям, пониманию значимости танца в жизни народа.

*Метопредметные:*

- Выявление и развитие заложенных в воспитаннике способностей: музыкального слуха, памяти, чувства ритма, формирование умений говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.
- Формирование навыков коллективного творчества, сотрудничества, ответственности, активности

### *Личностные:*

Формирование таких качеств личности как терпение, целеустремленность, трудолюбие, умение доводить начатое дело до конца, выносливость, стремление к самосовершенствованию и творческому росту.

- Расширение эрудиции и кругозора.
- Формирования потребностей и навыков сохранения и укрепления здоровья.

### **Коррекционные задачи:**

- обеспечить обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса через курс внеурочной деятельности «Хореография. Такт»;
- оказывать помощь в овладении базовым содержанием обучения;
- осуществлять коррекцию нарушений устной речи, коррекцию и профилактику нарушений чтения и письма;
- развивать сознательное использование языковых средств в различных коммуникативных ситуациях с целью реализации полноценных социальных контактов с окружающими;
- формировать жизненные компетенции обучающихся через вовлечение их в рече-вое и социальное взаимодействие, через интенсивное развитие форм и способов невербальной и доступной вербальной коммуникации;
- развивать потребности и умения активного использования речевых средств для решения коммуникативных и познавательных задач;
- повышать мотивацию к школьному обучению.

### **Данная программа предполагает дифференцированную помощь для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи:**

- обеспечение обучающемуся успеха в различных видах деятельности с целью предупреждения негативного отношения к учебе, ситуации школьного обучения в целом;
- гибкое варьирование организации процесса обучения путем расширения/сокращения содержания предметных областей, использования соответствующих методик и технологий;
- применение специальных методов, приёмов и средств обучения, в том числе специализированных компьютерных технологий, дидактических пособий, визуальных средств, обеспечивающих реализацию «обходных путей» коррекционного воздействия на речевые процессы, повышающих контроль за устной и письменной речью.

### **1.3. Содержание программы**

В программе представлены следующие предметы: музыка и движение, классический танец, народный танец, ансамбль, современный танец, индивидуальная работа. Освоение программы предполагает постепенность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса, связь с такими жанрами искусства, как музыка, литература, живопись.

Значимой для успешной реализации программы является опора на предмет «Классический танец» по 2 часа неделю на всех этапах обучения. Классический танец не только развивает физические данные воспитанников и формирует необходимые технические навыки, но является источником высокой исполнительской культуры и средством эстетического и нравственного воспитания детей. Владение техникой классического танца позволяет воспитанникам успешно освоить такие жанры, как народный и современный танец.

Предмет «Музыка и движение» является основным для первого и второго года обучения (подготовительный модуль, направлен на развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации ребенка. Занятия проводятся первый год обучение – 1 час в неделю, на втором году обучения 2 часа в неделю. В дальнейшем ритмическое воспитание осуществляется непосредственно через элементы танцевальных движений в процессе занятий. На практических занятиях дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются память, внимание, творческие способности.



1	Введение в предмет	1	1	2	4	2	6	2	2	1	2	1	2	2	2
2	Par terre	2	14	4	12	4	18	2	14	1	16	1	16	2	14
3	Упражнения у станка	2	14	4	14	4	10	2	12	1	14	1	15	2	12
4	Упражнения на середине	1	16	2	12	2	14	2	10	1	19	1	19	2	16
5	Allegro	1	16	2	12	2	4	2	18	1	12	1	11	2	14
	Итого:	7	61	14	54	16	52	10	58	5	63	5	63	10	58
		68		68		68		68		68		68		68	

### Народно-сценический танец

#### 2- 5 года обучения

№	Тема	Количество часов											
		2год			3 год			4год			5 год		
		т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего
1.	Введение в предмет	2	4	7	2	2	4	2	2	4	1	3	4
2.	Простой поклон на месте	1	5	5	1	3	4	1	3	4	1	3	4
3.	Основные танцевальные ходы	2	16	37	2	20	22	1	20	21	1	21	22
4.	Виды переменных шагов	1	20	25	1	10	11	2	15	17	2	20	22
5.	Положение рук и ног в русском танце. Открывание и закрывание рук.	1	10	21	1	15	16	1	15	16	1	7	8
6.	Работа руками port de bras	1	5	7	2	10	12	1	5	15	2	6	8
	Итого:	8	60	68	8	60	68	8	60	68	8	60	68

### Народно-сценический танец

#### 6-8 года обучения

№	Тема	Количество часов											
		5 год			6 год			7 год			8 год		
		т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего
7	Введение в	2	4	6	2	2	4	2	2	4	2	4	6

	предмет												
8	Простой поклон на месте	2	4	6	1	3	4	1	3	4	2	4	6
9	Основные танцевальные ходы	2	30	32	2	20	22	1	20	21	2	20	22
10	Виды переменных шагов	2	24	15	1	10	11	2	15	17	2	18	20
11	Положение рук и ног в русском танце.	2	20	12	1	15	16	1	15	16	2	10	12
12	Работа руками port de bras	2	6	7	1	10	11	1	5	15	2	6	8
	Итого:	8	60	68	8	60	68	8	60	68	12	56	68

### Современный танец

#### 3-5 года обучения

№	Тема	Количество часов								
		3 год			4 год			5 год		
		т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего
1	Введение в предмет	2	2	4	2	2	4	2	2	4
2	Изоляция	2	4	6	2	3	4	2	4	6
3	Импровизация	2	20	22	2	20	20	2	20	22
4	Виды шагов	2	10	12	2	15	17	2	10	12
5	Экзерсис на полу	2	16	18	2	15	16	2	16	18
6	Кросс	2	4	6	2	5	15	2	4	6
	Итого:	12	56	68	8	60	68	12	58	68

### Современный танец

#### 6-8 года обучения

№	Тема	Количество часов								
		6 год			7 год			8 год		
		т	п	всего	т	п	всего	т	п	всего
1	Введение в предмет	2	2	4	2	2	4	2	2	4

2	Изоляция	2	4	6	2	3	4	2	4	6
3	Импровизация	2	20	22	2	20	20	2	20	22
4	Виды переменных шагов	2	10	12	2	15	17	2	10	12
5	Экзерсис на полу	2	16	18	2	15	16	2	16	18
6	Кросс	2	4	6	2	5	15	2	4	6
	Итого:	12	56	68	8	60	68	12	58	68

## Содержание программы

### ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### Теория:

Введение в предмет-знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Прослушивание некоторых музыкальных произведений, включенных в программу первого класса. Культура сценического движения, развитие музыкальности.

#### Практика:

##### 1. Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движения:

- характера музыки (веселый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетной формы (вступление, запев, куплет);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительный, четверть-шаг, восьмая-бег);
- пауз (четвертной, восьмой).

2. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два; расход парами, четверками в движении и на месте; построение в круг.

##### 3. Танцевально-тренировочные

упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: напряжение и расслабление мышц рук; сгибание кистей вниз, вверх, вперед, назад; поднятие рук вверх и опускание вниз; напряжение и расслабление мышц ног; вращение стопы: поднятие носком вверх, опускание вниз, отведение вправо, влево; наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.

##### 4. Музыка и движение

упражнения на развитие художественно-творческих способностей:  
«играем в скакалку», «мяч», «сажаем картошку», «собираем ягоду»,  
проснулись-потянулись.

Посещение концертных программ, школьных мероприятий с участием хореографического коллектива. Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера.

### ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

Теория:

Знакомство с общими хореографическими понятиями. Поклон, реверанс, плие, ватман тандю, пор де бра.

Практика:

1. Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- характера музыки (спокойный, торжественный);
- темпа (умеренный);
- метроритма (длительностей: половинной, целой);
- размеров(2/4,3/4);
- сильных и слабых долей;
- определение двухдольного и трехдольного размеров.

2. Упражнения на развитие ориентации в пространстве:

- положение в парах;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну;
- построение из круга в одну шеренгу, в две, в четыре шеренги и обратное перестроение на месте, в продвижении.

3. Танцевально-тренировочные упражнения

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц:

- разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки);
- напряжение и расслабление мышц шеи (наклоны головы);
- напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:

- «веселые барабанщики»,
- «конники»,
- «неуклюжий медведь»,
- «канатоходцы»,
- «цирковые лошадки»,
- «снежинки»,
- «спортсмены: волейболисты, хоккеисты, лыжники» и т.д.

Движения в образах любимых героев мультфильмов: Чебурашки, Буратино, Винни-Пуха, Зайца и Волка, Кваки-Задаки и др.

## **Классический танец**

Теория:

По разделу «Классический танец» преподаватель занимается с учащимися над изучением французской терминологией, выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, приобретения навыков точной согласованности движений, закрепления развития активной выворотности, развития и закрепления устойчивости, развития координации движений, воспитания силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности.

Практика:

Партер

1. Позиции ног: I, II, V.
  2. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с portdebras (I, II, III позиции рук). Упражнения у станка
  3. Demi plie по I, II, V позициям.
  4. Grand plie по I, II позициям.
  5. Battements tendus из I позиции:
    - battement tendu pour le pied в сторону;
- Упражнение на середине
- battement tendu из V позиции.
1. I Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
  2. Demi plie по I, II, V позициям ;
    - grand plie по I, II позициям.
  3. Battements tendus из I позиции во всех направлениях;
    - с demi plie .
- Аллегро

### Народно-сценический танец

Теория:

Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка». Просмотр концерта моисеевского хореографического коллектива народного танца.

Практика:

Простой поклон на месте

- на месте без рук и с руками,
- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

Основные танцевальные ходы

- одинарные (женские и мужские),
- тройные.
- Перетопы тройные.

Виды переменных шагов

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад
- «Девичий ход» с переступаниями.

Работа руками рог де бро

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки,
- двух рук,
- поочередные раскрывания рук,
- переводы рук в различные положения.

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия-экскурсии, праздники, вечера Посещение концертных программ, школьных мероприятий с участием хореографического коллектива.

## ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Классический танец.

Теория:

Элементарные сведения о классическом танце как азбуке танца. Классический танец – основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практика:

Партер

Упражнение на развитие гибкости, координации, растяжки мышц

Упражнение у станка

В выворотной позиции лицом к станку позиции ног – 1,2,3. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3. Деми плие – полуприседание. Развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног. Изучается лицом к станку по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Батман тандю – вытягивание ноги в сторону, вперед и назад из 1-й, 3-й позиции. Движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивают силу и эластичность ног. Деми рой де жамб пар тэр (ан деор ан дедан) – круговое движение ноги по полу. Развивает подвижность тазобедренного сустава. Изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам: вперед в сторону, в сторону вперед, позднее – назад. Изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам: вперед в сторону, в сторону вперед, позднее – назад. Батман релеве лян на 45° - медленное поднимание ноги. Развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге. Изучается: в сторону, позднее – вперед, держась одной рукой за станок. Прыжки по 1-й и 6-й позициям.

Упражнения на середине

Подъем на полупальцах по 6-й и 1-й позициям. Движения рук. Пор де бра из подготовительного положения в позицию 1-ю, 3-ю, 1-ю и снова в подготовительное положение.

Аллегро

Прыжки по 6.1 позиции.

### Народно-сценический танец.

Теория:

В задачу этого раздела входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов движений на середине, развитие координации движений. Дети учат двигаться по кругу по одному и в парах на примере несложных игровых массовых танцев. Рассказ о значении танца в жизни русского народа. Значение танца в жизни русского народа - велико. Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа. Связь русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом. Места, где проходили гулянья. Разнообразие народных игр,

хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Практика:

В русских народных танцах принимаются все позиции и положения ног и рук, принятые в народно-сценической хореографии. В программе предлагаются основные положения рук в русских парных и массовых танцах, которые можно применить в практической работе при создании собственной хореографии в учебном процессе. Руки в русских парных и массовых танцах обладают большим содержанием и внешней выразительностью.

Простой поклон на месте

Движения в танцах различных областей России будут вводиться по мере усложнения и изучения особенностей танцев данной местности:

Простой поклон с продвижением вперед.

Основные танцевальные ходы

Одинарный притоп.

Тройной притоп.

Простой шаг вперед.

Шаг плавный, скользящий женский.

Переменный шаг вперед.

Быстрый шаг вперед.

Русский галоп.

Виды переменных шагов

Простая «ковырялочка»: носок, каблук.

Припадание по 6-й позиции вперед в продвижении.

Подготовка к присядкам: приседание в 6-й позиции.

Подскоки.

Положение рук, работа руками пор дэ брас:

1. Подготовительное.
1. Первое: руки на талии.
2. Второе: руки подняты на уровне груди, вперед, ладони повернуты слегка вверх.
3. Третье: руки раскрыты в стороны.
4. Четвертое: руки скрещены на уровне груди.

Положение рук в парных танцах:

1. Руки внизу.
1. Руки впереди.
2. Руки наверху.
3. Руки сзади.
4. Руки подняты в локтях и согнуты.
5. Под руки.
6. Одной рукой за талию.
7. Рука на плече.
8. На плечах друг друга.
9. Крест-накрест.
10. Левые руки перед собой, правые руки над головой.

11. Стоя лицом друг к другу, руки перекрещены, наверху, разведены в стороны и т.д.

Все вышеперечисленные положения рук в парах сохраняются при поворотах и вращениях в парах.Открывание и закрывание рук:

1. Открывание и закрывание одной руки в сторону.
1. Открывание и закрывание обеих рук в сторону.
2. Открывание и закрывание одной руки.
3. Поочередное открывание и закрывание рук.
4. Поклоны и основные движения.

Описанные ниже элементы русских народных танцев не являются локальными, принадлежащими какой-нибудь одной области России. Эта небольшая часть подобрана по принципу постепенности освоения целых групп различных движений: лирических, дробных, кадрилиных, плясовых.

Массовые танцы для детей:

- «Как у наших у ворот» (муз. народная).
- «Полянка» (муз. народная).
- «Пойду ль я, выйду ль я» (муз. народная)
- «Как пошли наши подружки» (танец-игра).
- «Плетень» (танец – игра).

### Современный танец

Теория:

Знакомство с общими понятиями современного танца изоляция,кросс, изучение основных стилей

Практика:

Изоляция

Основные стили современного танца:

- Классический джаз (классический танец и джазовая пластика)
- Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна)
- Джаз-бит – «ритмический джаз» (чарльстон, рок-н-ролл, диско, хип-хоп, электрик-буги, фанки-джаз, бродвей - джаз).

Импровизация

. Основные разделы танца модерн:

- Сидя или лёжа на полу (floowork)
- Работа на месте (centrework)

Виды переменных шагов по диагонали

Экзерсис на полу

Кросс

Прыжки пожатые

- Работа, включающая движение в пространстве (moowinginthespace)

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

## Классический танец.

Теория:

Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, указанные в программе первого года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног, например, положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении – таи релеве пар тэр. Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Практика:

Партер: постановка корпуса.

Упражнения у станка: позиции ног – 1, 2, 3, 5-я. Позиции рук – 1, 2, 3-я (вначале изучаются на середине). Деми плие в 1, 2, 3, 5-1 позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 3/4, темп – анданте. Батман тандю с 1-й позиции, позднее – с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее – назад. Затем из 5-й позиции в сторону, вперед, назад. Размер 2/4, темп – модерато. Батман иандю с деми плие (с пурлепье, пассэ пар тэр) – с 1-й позиции, позднее – с 5-й позиции (раздельно, слитно). Батман тандю жете – натянутые движения с броском из 1-й позиции. Развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава. Изучаются стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции).

Упражнения на середине: размер 2/4, характер четкий, темп – модерато. Батман тандю пике – натянутой ноги колющий бросок. Батман тандю жете – со сгибом подъема работающей ноги вверх и вниз. Ралеве лян на 45°, 90° (стоя боком к станку). Размер 3/4, 4/4 по такту на движение и фиксацию положения, темп – модерато. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции.

Аллегро: прыжки разучиваются лицом к станку. Тан леве соте – по 1, 2, 5-й позициям. Поаэшаппе на 2-ю позицию. Шанжман де пье.

## Народно-сценический танец.

Теория:

Этот период включает в себя продолжение разучивания элементов и движений русского народного танца. Особое внимание уделяется умению правильно открывать и закрывать руки. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений. Учащиеся знакомятся с истоками развития русского народного танца. Танец в древних игрищах и языческих обрядах. Скоморохи и их роль в развитии русского народного танца. Светский характер искусства и хореографии при Петре I. Отношение официальных кругов к русскому народному танцу. Особенности развития русского народного танца в XVIII-XIX вв. Сохранение и развитие танцевальных традиций русской хореографии на современном этапе.

Практика:

Основные танцевальные ходы:

1. Поклоны.
2. Простой шаг назад.
3. Переменный тройной шаг.
4. Переменный шаг с каблука.
5. Медленный русский ход.
6. Шаркающий шаг.

7. Мужской шаг с каблука.
8. «Елочка».
9. Припадание по третьей позиции.
10. Тройные переступания.
11. Переступания с выносом ноги на каблук.
12. Присядка вперед по 6-й позиции с выносом ноги на каблук.
13. «Мячик» - с одинарным хлопком вперед.
14. Быстрый бег в ритмическом разнообразии.

Массовые танцы:

- «Где был, Иванушка» (музыка народная).
- «Ой, вставала я ранешенько» (музыка народная).
- «Котик и козлик» (музыка В.Тиличевой).
- «Выйду ль я на реченьку» (музыка народная).
- «Как на тоненький ледок» (музыка народная).
- «Ворон» (танец-игра) – русская народная прибаутка.

### Современный танец

Теория:

Прослушивание музыкального материала, просмотр различных танцевальных коллективов, расширение музыкального, танцевального кругозора, обсуждение и анализ танцевальных номеров.

Практика:

Изоляция:

Элементы танца хип-хоп:

- Slide - скольжение
- bodi – пережат, вращение
- goolwalk – отличная прогулка
- pushawaymove - отталкивание
- peek – a boo – взгляд украдкой
- handagainstwall- рука вдоль

Импровизация:

После изучения основных элементов современных танцев, преподаватель составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики.

Виды переменных шагов:

- движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков)
- grandbattement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперед, в сторону, назад с руками; с продвижением вперед; назад – шпагат в воздухе).

Экзерсис на полу:

- различные шпагаты на полу (с продвижением вперед через живот, поворот на месте, с «колесом»)\
- волнообразные движения корпуса

Кросс:

- tour с поднятием колена endehorsis endedans, с подменной ноги (на месте, вперед с продвижением).

## ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Классический танец.

Теория:

Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации по степени трудности. Рисунок положений уровней ног и рук, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на две).

Практика:

Партер:

исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Упражнения у станка:

Деми плие по 1, 2, 3, 5-й позиции, изучать лицом к станку, затем исполнять, держась за станок одной рукой;

Батман тандю с 1-й и 5-й позиций по всем направлениям;

Рон де жамб партер ан деор и ан дедан слитно;

Батман фондю – носком в пол по всем направлениям;

Батманфраппе – вперед, в сторону, назад носком в пол;

Лелеве лян – во всех направлениях;

Перегибы корпуса вперед, назад по 5-й позиции (держась одной рукой за станок);

Релеве по 1,2-й позициям на полупальцах;

Гранд батман жете – вначале изучается лицом к палке, нога идет в сторону;

Па ассамбле – собранный прыжок; вначале изучается лицом к станку;

Музыкальный размер 4/4, исполняется как один такт;

Па де бурре с переменной ног (стоя лицом к станку); размер 2/4, темп – модерато.

Упражнения на середине:

Гранд плие по 1, 2, 5-й позициям;

Батман тандю по 1-й позиции вперед и в сторону;

Позы классического танца с ногой на 45°, 1-й арабеск (носком в пол). Музыкальный размер 3/4, темп адажио.

Аллегро

### Народно-сценический танец.

Теория:

Увеличение количества технически сложных движений русского танца. Работа над характером и манерой исполнения, местными особенностями некоторых элементов русского народного танца. Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской, с ее отличительными особенностями. Пляска – один из основных жанров русского народного танца. Характерные черты исполнения русской народной пляски. История развития пляски. Отличие ее исполнения от исполнения хоровода. Импровизация – характерная черта русской пляски. Образ русского человека в пляске.

Практика:

Простой поклон на месте.

Основные танцевальные ходы:

1. «Звездочка».
2. Шен («перехватка»).
3. «Карусель».

4. «Челнок».
5. «Ручеек».
6. «Волна» и т.д.

Виды переменных шагов:

- одиночная мужская и женская;
- парная;
- перепляс;
- массовый пляс;
- групповая пляска (местные особенности исполнения).

Основные движения русской пляски:

1. Переменные шаги в сочетании с подскоками, дробями, «моталочкой».
2. Беговые ходы в сочетании с «моталочками», «голубцами», подбивкой.
3. «Моталочка» в сочетании с поворотом, «молоточками», «ковырялочкой».
4. Веребочка простая и двойная, в сочетании с «ковырялочкой», ножницами, различными выстукиваниями.
5. Дроби в их ритмическом разнообразии.
6. Переборы простые и сложные.
7. Вращения:
  - а) дробный «ключ» в повороте;
  - б) молоточки с поворотом;
  - в) «ковырялочка» с поворотом;
  - г) с выниманием ноги вперед на каблук;
  - д) дробь с подскоком в повороте;
  - ж) дробная дорожка в повороте;
  - з) хлопущка в повороте и т.д.
8. Хлопушечные танцевальные комбинации;
9. Использование различных присядок.
10. Трюки.

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Увеличение количества элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Продолжение изучения элементов украинского, белорусского, итальянского танцев. К концу учебного года составляются более трудные комбинации и небольшие композиции.

Положение рук и ног в русском танце. Открывание и закрывание рук.

Упражнения у станка:

1. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие, по 1, 2, 3, 4, 5-й открытым и прямым позициям.
2. Скольжение стопой по полу:
  - а) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону;
  - б) так же с полуприседанием.
3. Маленькие сквозные броски по 1-й открытой позиции со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.
4. Каблучные движения: вынесение ноги на каблук от щиколотки.
5. Круговое скольжение по полу:
  - А) ребром каблука около опорной ноги;

Б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.

6. Подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
7. Раскрывание ноги на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги.
8. «Чечетка» с двумя мазками подушечкой работающей ноги с акцентом «от себя».
9. Большие броски полукругом по всей стопе.
10. «Голубец» в прямом положении лицом к станку.
11. Подготовка к штопору по 1-й позиции на полупальцах  
Работа руками пор де бра.

### **Современный танец**

Теория:

Характерные черты исполнения современного танца. История развития современного танца. Отличие ее исполнения от исполнения современного танца. Импровизация – характерная черта современного танца. Образ человека в танце.

Практика:

Изоляция

У станка (джаз)

- demi- plie через releve, grandplie и roll назад (скручивание корпуса)
- battementjete с контракцией, через releve
- ronddejambearterre с контракцией и перегибом корпуса
- адажио через releve с контракцией, ecartee вперед и назад
- grand battement – через battement. tendu. Через releve (с согнутым коленом)

Импровизация

На середине (бродвей-джаз)

- demi и grandplie
- battementtendu – через plie, с рукой (с III п. во II-ю позицию)
- battement jete – носок flex, point, tour an dedans (попараллельнойпозиции).

Виды шагов

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера

Кросс

шестой год обучения

### **Классический танец.**

Теория:

Прослушивание музыкального материала, просмотр различных танцевальных коллективов, расширение музыкального, танцевального кругозора, обсуждение и анализ танцевальных номеров.

Практика:

Партер

Уделять больше внимание музыкальным, темповым обозначениям применительно к практическому материалу по классическому танцу: адажио – медленно, виво – живо, ленто – протяжно, анданте – не спеша, аллегро – скоро Все упражнения повторяются в более ускоренном темпе.

Упражнение у станка: изучается уровень подъема ног, добавляются полупальцы опорной стопы. Продолжается изучение типов прыжков, усложнение различных комбинаций у станка, дополнительно: Батман дубль фραπε – движение с двойным ударом; размер 2/4, четкий,

два такта на движение; Батмандевлюппе – разворачивающееся движение; размер 3/4, 4/4, адажио, характер плавный, связный.

Упражнения на середине: исполняются упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю, батмана фраппе. Пор де бра 1-е, 2-е, 3-е, 4-е. Развивает танцевальную координацию и чувство позы. Размер 3/4, темп – анданте. Паассамбле – с открыванием ноги в сторону и вперед (маленькое). Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, эффасе). Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра, гранд плие 1, 2, 5-й позициям. Размер 2/4, темп – анданте. Батмантандю с 5-й позиции во всех направлениях. С затактовым построением, положение ноги сюрле ку де пье – «обхватное» (развивает выворотность и подвижность ноги), «условное» – сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной. Батманфраппе – сильное ударяющее движение (развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена), изучается лицом к станку в начале в сторону с выносом в пол, затем вперед и позднее назад. Позы классического танца изучаются на середине зала: позакруазе; поза эффасе (с ногой на полу); па куррю – мелкий бег на полупальцах. Движения исполняются шестнадцатыми. Размер 4/4, 2/4, 3/4. Характер легкий, живой.

Аллегро

### **Народно-сценический танец.**

Теория:

Знакомство с областными особенностями исполнения хороводов. Примеры орнаментальных или узорчатых хороводов различных местностей России.

Практика:

Простой поклон на месте:

Продолжается дальнейшее изучение более сложных элементов и движений русского танца, требующих соответствующей координации исполнения и силовой нагрузки. Активнее работают руки. Местные особенности исполнения хороводов. Данная тема изучается на практических занятиях. Во время занятий учащиеся усваивают манеру, характер, технику исполнения движений и комбинаций по областным особенностям. Характерные особенности исполнения хороводов Севера России (Архангельская, Новгородская, Костромская области). Основные костюмы, головные уборы, жизненный уклад народов Севера.

Основные танцевальные ходы:

Средняя полоса России (Московская, Владимирская, Рязанская, Калининская, Ярославская, Ивановская, Тульская области). Разнообразие песен, игр. Хороводы под песни. Юго-запад России. Хороводы-пляски. Юг России. Плясовой характер исполнения хороводов, разнообразный хореографический рисунок. Песенное сопровождение. Сибирские хороводы.

Виды переменных шагов:

Местные особенности исполнения орнаментальных хороводов: Север России – «Ходечи», «Корзиночка» (Архангельская обл.);

Средняя полоса России – «Стоит кузня» (Рязанская обл.);

Юго-Запад России – «Заплетися плетень» (Брянская обл.);

Юг России – «С поясами», «Петелька» (Курская обл.);

Сибирь – «Ты не стой, молодец», «Ой, во лугах», «Я по берегу похаживала».

Положение рук и ног в русском танце.

### **Современный танец**

Теория:

Представление о современной хореографии. Систематичность занятий, дисциплинированность на уроке. Развитие музыкальности, координации и свободы движения, ловкости, выносливости и физической силы.

Практика:

Изоляция

Разминка по кругу: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, галопа (лицом в круг и спиной), подскоки, лёгкий бег на п/пальцах

Экзерсис на полу: разминка на середине: наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад, работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги,

Кросс: прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch

Импровизация (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flatback (флэтбэк – плоская стена), наклоны: flatback и наклон к ноге: вперёд и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперёд с flatback и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера

## СЕДЬМОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Классический танец.

Теория:

Прослушивание музыкального материала, просмотр различных танцевальных коллективов, расширение музыкального, танцевального кругозора, обсуждение и анализ танцевальных номеров, просмотр шедевров русского балета.

Практика:

Партер

Техника «форс» в прыжках и вращениях. Эстетика рисунка. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различных ракурсах. В движениях у станка вводятся больше позы.

Упражнение у станка

Практические занятия: Закрепляется пройденный материал. Дополнительно: батман фраппе на 45° на полупальцах в позах круазе и эффасе (затакт 1/8); батман фрондю на 45° на полупальцах ронд де жамб ан лер (музыкальный размер, темп – модеретто; пассе во всех направлениях.

Упражнения на середине

Большие позы. Круазе и эффасе с подъемом ноги на 45° и 90°. Маленький пируэт сюр де ку де пье по 2-й позиции. Музыкальный размер 2/4. Движение занимает 4 такта. Па купе.

Аллегро

Сиссонверте – открытый прыжок; изучается в сторону (носком в пол). Сиссонсамбль – прыжок с двух ног на одну и с одной на две.

### Народно-сценический танец

Теория:

Пляска – один из основных жанров русского народного танца. Характерные черты исполнения русской народной пляски. История развития пляски. Отличие ее исполнения от

исполнения хоровода. Импровизация – характерная черта русской пляски. Образ русского человека в пляске.

Практика:

Простой поклон на месте

Продолжается дальнейшее изучение более сложных элементов у станка, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. Активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций на материале украинского и итальянского танцев. Увеличивается количество прыжков с одной ноги на другую и с двух на одну. Начинается изучение элементов марийского танца и танцев народов Закарпатья

Виды переменных шагов

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски (различные виды).
4. Круговые скольжения по полу:

а) носком с остановкой в сторону или назад;

б) ребром каблука.

Повороты стопы:

а) одинарные;

б) двойные.

6. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на  $45^\circ$ .

7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

8. Развертывание ноги на  $90^\circ$  с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).

Подготовка к «четке» в открытом положении вперед, в сторону и назад.

Основные танцевальные ходы

Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

А) на ногу, открытую на носок;

Б) с шага;

В) с прыжка.

Маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной («веер») с вытянутой стопой.

12. Подготовка к «качалке» и «качалка».

13. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й прямой позиции.

14. Растяжка по 1-й позиции с перегибом корпуса.

15. Большие броски с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад.

16. Маленькие «голубцы» лицом к станку.

17. Присядки:

а) на полном приседании по 1-й позиции с поочередным открыванием ног вперед на каблук;

б) «мяч» лицом к станку.

Положение рук и ног в русском танце.

Танцы Закарпатья. Жизнерадостные, полные своеобразного задора танцы Закарпатья имеют свои отличительные особенности, свои характерные движения, которых нет в других украинских танцах. Например, своеобразный пружинный шаг, ход переплетенными ногами,

винтообразные движения, часто используются парные вращения и т.д. Особенно интересны танцы: быстрая, искристая «Коломийка», забавная «Тропотянка», мужской массовый танец «Аркан»

## Современный танец

Теория:

### Беседы о хореографии. Выразительные средства хореографии.

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и т.д. Понятие пластических мотивов. Хореографические темы. Хореографическая драматургия (на примере детских балетов «Золушка», «Красная шапочка» и т.д.).

«Истоки русского балета». Народные истоки русского балета: игрища, хороводы. Искусство скоморохов. Влияние западноевропейского музыкального театра. Театр при дворе царя Алексея Михайловича. «Орфей и Эвридика». Хореография в России в эпоху Петра Первого. Ассамблеи. Появление театрального танца.

Начало хореографического образования в России.

Практика:

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся. Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений, применяемых в хореографических школах, студиях, спорте.

Изоляция

- упражнения, сидя на полу
- лёжа на спине
- лёжа на боку
- лёжа на животе
- упражнения, стоя на коленях
- упражнения парами

Импровизация

Каждый из разделов имеет свои задачи, но практически через все упражнения проходит нацеленность на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

1. Задачи раздела «Упражнения, сидя на полу»:

укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия.

2. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на спине»:

укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер.

3. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на боку»:

развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер.

4. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на животе»:

развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа.

5. Задачи раздела «Упражнения, стоя на коленях»:

развитие гибкости, развитие подъёма, растяжение ахиллового сухожилия.

6. Задачи раздела «Упражнения парами»:

развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности, укрепление брюшного пресса, растяжка.

Кросс

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера

**Восьмой год обучения**

## Классический танец.

Теория:

Начало хореографического образования в России. Начало хореографического образования в Петербурге и Москве. Первые балетмейстеры в России – Ж.-Б.Ланде и А.Ринальди

Зарождение балетного театра. Истоки западноевропейского балетного театра. Искусство западноевропейских жонглеров, гистрионов. Турниры, процессии, карнавалы, маскарады. Зарождение придворного балета. Первый придворный балетный спектакль «Цирцея». Зарождение и становление действенного балета XVIII в. Общая характеристика балетного театра XVIII в. Барокко и рококо в балетном театре. Зарождение действенного балета. Самоопределение балета как самостоятельного театрального жанра. Классицизм в балетном спектакле. Австрийский балетмейстер Ф.Гильфердинг. Его деятельность в России. Балет «Возвращение Весны, или Победа Флоры над Бореем». Итальянский балетмейстер Г.Анджюлини. Балеты «Дон-Жуан», «Семирамида». Деятельность в России. Отношение к русской народной хореографии. Творчество Ж.-Ж.Новерра. Сущность реформы Ж.-Ж.Новерра. Действенные балеты. Значение творчества Новерра. Труд Новерра «Письма о танце и балетах». Теория балета Новерра. Новерр о связи искусства хореографии с действительностью, о танце, пантомиме, действенном танце, о сочинении балетов, о воспитании танцовщиков и т.д. Значение «Писем о танце» Ж.-Ж.Новерра

Практика:

Партер

Обобщение полученных практических навыков и знаний.

Уражнения у станка

Деми и гранд плие. Батман тандю с первой и пятой позиции по всем направлениям. Батман тандю жете пике - натянутые движения ноги с колющим броском в пол. Ронд де жамб партер ан деор и ан дедан. Батман фондю - носком в пол по всем направлениям. Батман фραπε. Релеве лян - во всех направлениях. Перегибы корпуса.

Упражнения на середине

Релеве - по первой и второй позиции.

Аллегро

Соте. Первое пор де бра. Па балансе - раскачивающие движения, развивают свободу и непринужденность координации всего тела.

## Народно-сценический танец.

Теория:

Систематизация сведений о народном танце. Обобщение полученных теоритических знаний.

Практика:

Простой поклон на месте.

Основные танцевальные ходы

- Веребочка двойная и простая с различными положениями рук.
- Веребочка двойная с выносом на каблук.
- Веребочка с ковырялочкой.
- Дробные выстукивания.
- Полька с поворотом (в продвижении).
- Вращение на подскоках по 1/4 круга на двух подскоках, затем по 1/2.

## Виды переменных шагов

- Характер медленных, напевных и быстрых, задорных движений украинской народной хореографии. Основные положения и движения рук, корпуса, головы в украинской хореографии. Положение рук в парном танце.

- Притоп-перескок на всю стопу с двумя последующими поочередными ударами всей стопой о пол по 6 позиции.

- "Вихилястник" - удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге.

- Вращение на подскоках.

- "Угинание" - сгибание к щиколотке и открывание одной ноги на 35 градусов с одновременным подскоком на другой ноге.

- "Веревочка" - поочередный перенос согнутых ног спереди назад с одновременными небольшими подскоками на низких полупальцах, в небольшом полуприседании.

Ходы. "Бегунец" - длинный шаг вперед с прыжком; с двумя последующими шагами на низких полупальцах.

"Дорожка проста" - припадание,

Дорожка плетена" - шаг в перекрещенном положении на всю стопу.

"Тынок" - перескок с ноги на ногу в сторону с последующими двумя переступаниями по 4 свободной поз. в перекрещенном положении. Середина-систематизация сведений о народном танце. Обобщение полученных практических навыков и знаний.

Положение рук, положение рук в паре.

Ходы. Бег вперед с поочередным отбрасыванием согнутых ног назад в прямом положении, шаг с последующим прыжком и одновременным подъемом другой согнутой ноги вперед в прямом положении.

- Бег на полупальцах с подъемом согнутых ног вперед в прямом положении.

- Плавные поочередные шаги в перекрещенное положение с продвижением.

- Шаг вперед на ребро каблука с последующим соскоком на всю стопу.

- Прыжки с согнутыми ногами в прямом положении.

- Вращение в паре на различных движениях.

Упражнения с плие, маховые упражнения, упражнения для головы, плеч, корпуса, упражнения для гибкости. Упражнения на координацию.

Положение рук и ног

Проучивается под медленную музыку, позднее темп может измениться на более быстрый. Постановочная работа. Кроме того, из проученных движений народно-сценического танца, сделать постановку русского и украинского танца, или же танцевальную композицию. Элементы историко-бытового танца: Знакомство с вальсом. Поклоны. Вальсовая дорожка. Положение корпуса, рук в паре. Балансе. Повороты под рукой партнера - девушкам. Па вальса. Этюдная работа: На основе изученных движений вальса составить свободную вальсовую композицию. Требования. Понимать танец не как отдельное движение ног, а как гармоничное сочетание движений ног, рук, корпуса и головы. Из пройденных элементов народного танца,

рекомендуется давать задания на самостоятельное сочинение, что прививает учащимся навыки импровизации.

## Современный танец

Теория:

Сведения о современной пластике и ритмах. Массовые современные танцы по выбору педагога. Импровизация на темы современной музыки. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации. Термины современного танца на английском языке, т.к. современный танец «пришёл» из США.

### Изоляция

Упражнения выполняются в сопровождении музыкального инструмента и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование чёткой ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения.

Все упражнения за редким исключением выполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, её можно только увеличивать, но исходя из возможностей детей – их физической подготовленности, природных данных и степени концентрации внимания.

### Импровизация

Желательно постепенно добиться непрерывности исполнения упражнений, что не должно привести к перегрузкам, т.к. упражнения следуют друг за другом с учётом смены нагрузки на различные группы мышц, при этом напряжение мышц сменяется расслаблением их.

### Экзерсис на полу

Позиции рук в современном танце:

- I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
- II – руки в сторону, ладони вниз;
- III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позиции ног:

- I – пятки вместе, носки врозь;
- II – параллельная и выворотная;
- IV – параллельная
- VI – параллельная
- Кросс

Концертная деятельность, конкурсные выступления, внеклассные мероприятия- экскурсии, праздники, вечера

## 1.4. Прогнозируемые результаты

- требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе (т.е. что он должен знать и уметь);

Что знать:

- знать закономерности правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы;
- знать рисунок положения и уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца;
- знать основы построения русской кадрили;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- знать определение профессии балетмейстера;

Что уметь:

- умение владеть основными навыками, требуемыми школой классического танца;
- умение выполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы;
- уметь правильно исполнять экзерсис у станка;
- исполнять движения в характере музыки – четко, сильно, медленно, плавно;
- уметь импровизировать национальный танец в быстром и медленном темпе;
- понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;
- уметь исполнять сложные движения, вращения, прыжки на середине зала;
- компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе;
- личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы.

## Раздел № 2.

### «Комплекс организационно-педагогических условий»

#### 2.1. Календарный учебный график

- количество учебных недель – 34;
  - количество учебных дней – 72;
  - продолжительность каникул:
  - осенние с 26.10.19г. по 04.11.2019г.
  - зимние – с 28.12.19г. по 08.01.2019г.
  - весенние – с 21.04.2020г. по 29.03.2020г.
  - дополнительные каникулы для 1 класса с 10.02.2020г. по 16.02.2020г.
- даты начала и окончания учебных периодов:
- 1 четверть – с 02.09.19г. по 25.10.19г.
  - 2 четверть – с 05.11.19г. по 27.12.19г.
  - 3 четверть – с 09.01.20г. по 20.03.20г.
  - 4 четверть – с 30.03.20г. по 22.05.20г.

#### 2.2. Условия реализации программы:

1. Кадровое обеспечение: педагог-хореограф, концертмейстер, возможность привлечения специалистов (костюмер, звукооператор и др.)
2. Помещение и оборудование.
  - Зал для занятий хореографией
  - Магнитофон.
  - Костюмерная.
3. Дидактическое обеспечение: ведеотека, подборка литературы по разделам программы (см. список литературы для воспитанников).
4. Организационно-педагогические: возможность участия во внутришкольных мероприятиях, хореографических конкурсах и фестивалях различного уровня.

#### 2.3. Формы аттестации

Контрольный урок, отрывки уроки для родителей, текущее наблюдение, конкурсы, фестивали, концерт.

#### 2.4. Оценочные материалы

Карта результативности освоения программы.

№	ФИО воспитанни	Освоение разделов	Формирование знаний,	Формирование общеучебных	Развитие личностных	Воспитанность	Развитие компетенций	Достижения (кол-во) на уровне
---	----------------	-------------------	----------------------	--------------------------	---------------------	---------------	----------------------	-------------------------------

ка 3-высокий 2-средний 1-низкий	программы			умений, навыков			способов деятельности			свойств и способностей									Объезд-е	школа	район	город	область	Россия	
	н.г	с.г	к.г	н.г	с.г	к.г	н.г	с.г	к.г	н.г	с.г	к.г	н.г	с.г	к.г	н.г	с.г	к.г							

**организация образовательного процесса - очный**

**методы обучения** - словесный, наглядный, практический, игровой и воспитания-убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

**формы организации образовательного процесса** - индивидуально-групповая и групповая.

**формы организации учебного занятия** - беседа, игра, концерт, конкурс, мастер-класс, открытое занятие для родителей, экскурсии, посещение спектаклей, праздник, практическое занятие, фестиваль.

**педагогические технологии** - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие технология.

**алгоритм учебного занятия:**

- 1.Организационный момент (поклон)
- 2.Разминка (партерная гимнастика, работа у станка)
- 3.Разучивание танцевальных композиций.
- 4.Релаксаци
- 5.Итог урока (поклон)

## 2.5. Список литературы.

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения... - Л., Искусство, 1999.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. - Л.: Искусство. 1993. -207 с.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: «Люкси» «Респекс». - 256 с, ил.
4. Бахрушин Ю. А. История русского балета. Учебное пособие для ин-тов культуры, театр.,хореогр. и культ.-просвет, училищ. Изд. 2-е. - М., «Просвещение», 1973.  
Богаткова Л. Танцы народов СССР. - М., Молодая гвардия, 1994.
5. Блок Л.Д.Классический танец. - М. 1997.
6. Бекина С. И. И другие. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6 -7 лет): из опыта работы муз. руководителей дет. садов/Авт.-сост.: С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.
7. Бочарникова Е. Мартынова О. Московское хореографическое училище. - М.,1994.
8. Бочкарёва Н. И. Ритмика и хореография: учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств.-Кемерово.- Кемеровск.гос. академия культуры и искусств, 2000.-101 с.
9. Ваганова А. Я.Основы классического танца.-Л.Искусство, 1980.
10. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии. М. 1971.
11. Варга Т.Л., Саввиди И.Я. и др. Образовательная программа школы-студии «Фуэте». – Томск, ДТДиМ, 2009.
12. Возрастная и педагогическая психология. Учеб. Пос. для ст-в пед. ин-ов. Под ред. проф. А.В. Петровского. - М.: 1997.
13. Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоции и чувств. Ч. - 1, 42 Томск, 1994.
14. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 2014.
15. Классический танец. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. - М. –Л., 2007.
16. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.
17. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. - Л., 2016.
18. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л: Искусство, 2014. 260с.
19. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: От истоков до середины XVIII века. - М.: Искусство, 3979. - 259 с, 40 ил.
20. Леонов Б.. Музыкальное ритмическое движение. Минск, 2005.

Литература для воспитанников

### « Музыка и движение»

1. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981.
2. Блок В.М. и Португалов К.П. Русская и советская музыка. – М.: Просвещение, 1997.
3. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М: Искусство, 1987.
4. Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет. - М.:Русский язык, 1987.

5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
  6. Всероссийский конкурс хореографических коллективов. г.Москва 2005.
  7. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
  8. Детская энциклопедия «Балет», М.: АстрельАст 2001.
  9. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка,1993.
  10. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989..
- «Классический танец».**

1. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1991.
2. Бахрушин Ю.А. История русского балета. - М.: Просвещение, 1997.
3. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М.: Искусство, 1987.
4. Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет.- М.: Русский язык, 1997.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
6. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
7. Детская энциклопедия «Балет», М.: АстрельАст 2001.
8. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
9. Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало XX века. – СПб.: Азбука-классика,2005.
10. Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.
11. Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 2009.
12. Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.

**«Народно-сценический танец».**

1. Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2009.
2. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка,2009.
3. Детям – о традициях народного мастерства. Учебно-метод.пособие: В 2 ч./ Под ред.Т.Я.Шпикаловой. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001.
4. КристерсонХ. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 19582.
5. Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002.
6. Миловский А.С. Скачи, добрый единорог. – М.: Дет.лит, 1996.
7. Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1995.
8. Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 2009.
9. Сахаров И.П. Народный дневник. Народные праздники и обычаи: - М.: Дружба народов, 1991.

**«Ансамбль, постановка».**

1. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. М, Искусство, 1997.
2. Всероссийский конкурс хореографических коллективов. - М., 2005.
3. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. Киев: Музыка, 1983.
4. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
5. Зайцева Е. Библия красоты. – М.: Эксмо, 2002.
6. КристерсонХ. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 2005.
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 1998.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2001.
9. Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.
10. Сестры Сорины. Необходимый имидж. - М.: Гном-Пресс, 1999.
11. Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на–Дону: Феникс, 2004.
12. Танцуем, играем и поём // Молодёжная эстрада, № 1, 2001.
13. Энциклопедия обрядов и обычаев. СПб.: «РЕСПЕКС», 1996.
14. Юдина Н.А. Энциклопедия русских обычаев. – М.: Вече, 2004.
15. «Я танцевать хочу...»// Молодёжная эстрада, № 1, 2001.