

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «МЕТАЛЛУРГ» Г.О. САМАРА



Принята
На методическом совете
«30» августа 2019 г.
Протокол № 1



«Утверждаю»
Директор ЦДТ «Металлург»
М.С. Анохина
«30» августа 2019 г.

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Хрустальный башмачок»
(художественная направленность)**

Срок реализации – 3/6 лет
Возраст детей – 7-15 лет

Разработчики программы:
Мальцева С.Н.
Червякова Л.А.

Самара, 2019

Содержание

1. Пояснительная записка
 - цель и задачи программы
 - формы проведения занятий
 - прогнозируемые результаты
 - формы контроля и диагностики результатов
 - воспитательная работа
 - работа с родителями
2. Учебно-тематический план
 - 1-го года обучения
 - 2-го года обучения
 - 3-го года обучения
 - 4-го года обучения
 - 5-го года обучения
 - 6-го года обучения
3. Содержание деятельности
 - 1-го года обучения
 - 2-го года обучения
 - 3-го года обучения
 - 4-го года обучения
 - 5-го года обучения
 - 6-го года обучения
4. Методическое обеспечение
5. Материально-техническое обеспечение
6. Литература
7. Приложения

Пояснительная записка

Танец играет немаловажную роль в воспитании молодежи, сочетая в себе средство музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимно обусловлены.

Освоение хореографии связано с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные занятия, построенные на основных положениях, позициях и элементах классического, народного и современного танца. Эти тренировочные занятия дают значительную физическую нагрузку. Особенностью танца является гармоническое развитие тела, без гипертрофии тех или иных мышц.

Систематические занятия танцами соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность. Танец учит грациозному движению.

Танец оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека. Занятия танцем органически связаны с усвоением норм этики, немислимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, приветливость - вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий танцем и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Занятия танцем помогают воспитывать характер человека.

Дополнительная общеразвивающая программа «Хрустальный башмачок» составлена на основе основополагающих научно-правовых документов: Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г., Приказа «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013г., Постановления «Об утверждении СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приложения к письму Минобрнауки Самарской области «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» от 03.09.2015г.

Программа имеет **художественную направленность**. Реализуется с 1999 года.

Актуальность создания данной образовательной программы заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди различных возрастных групп. Программа направлена не на подготовку профессиональных танцоров, а на предоставление возможности выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Данная программа успешно решает проблему социализации, адаптации учащихся ко взрослой, самостоятельной жизни. Успешная творческая деятельность формирует чувство уверенности в себе, стремление к дальнейшему саморазвитию и самореализации.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена важностью художественного образования, а также возможностью использования познавательных и воспитательных элементов занятий по хореографии, формирующих у обучающихся творческие способности, эстетический вкус и чувство прекрасного.

Социальная значимость программы заключается в проведении благотворительных концертов для социально незащищенных детей Кировского района, ветеранов и жителей микрорайона, а также в выступлениях на районных, городских праздниках и мероприятиях.

Отличительной особенностью данной программы является её вариативность. **Программа рассчитана на 3 года (базовая программа) или 6 лет обучения (основная программа)**. Педагог, учитывая материально-техническую базу, социальный заказ может выбрать свой вариант реализации программы. В базовой программе, рассчитанной на 3 года обучения,

педагогам на 2 и 3 года обучения предлагается выбрать один из двух модулей: модуль А или модуль В.

Модуль А предполагает изучение классического и современного танца. Более серьезное и углублённое изучение этих дисциплин может быть продолжено при реализации 6-ти летней программы по хореографии.

Модуль В предполагает изучение ритмики, основ современного бального танца и ознакомление с основами классического танца (на середине).

Общеразвивающая программа «Хрустальный башмачок» рассчитана на детей в **возрасте от 7 до 18 лет.**

I год обучения – 144 часа в год (4 часа в неделю). Количество детей в группе не более 15 человек.

II год обучения – 180 часов в год (5 часов в неделю) или 216 часов в год (6 часов в неделю). Количество детей в группе не более 12 человек.

III год обучения – 216 часов в год (6 часов в неделю). Количество детей в группе не более 12 человек.

IV год обучения – 216 часов в год (6 часов в неделю). Количество детей в группе не более 10 человек.

V год обучения – 216 часов в год (6 часов в неделю). Количество детей в группе не более 10 человек.

VI год обучения – 216 часов (6 часов в неделю). Количество детей в группе не более 10 человек.

Обучение ведется по следующим разделам:

- ритмика;
- партерная гимнастика;
- элементы классического танца;
- элементы народно-сценического танца;
- элементы современного бального танца;
- элементы русского танца;
- элементы современного танца (модерн);
- актёрское мастерство.

Цель: содействие эстетическому, нравственному и физическому развитию детей через приобщение их к искусству хореографии.

Задачи 3-х летней общеобразовательной программы воспитательные:

- формировать эмоционально-ценностное отношение к действительности;
- воспитывать коллективизм и культуру общения;
- воспитывать культуру и манеру исполнения.

обучающие:

- научить ритмично двигаться;
- познакомить с комплексом партерной гимнастики;
- познакомить с терминологией разных видов танцев;
- познакомить с народными традициями, костюмами;
- научить элементам русского народного танца;
- научить основам исполнения классического и современного танца модерн;
- научить элементам классического и современного бального танца;
- привить навык ансамблевого исполнения.

развивающие:

- формировать у детей координацию, двигательные навыки;
- развивать легкий прыжок, устойчивость, гибкость, силу;
- развивать выразительность исполнения;

- развивать коммуникативные навыки личности, активности детей.

Задачи 6-ти летней общеобразовательной программы

воспитательные:

- формировать эмоционально-ценностное отношение к действительности;
- воспитывать коллективизм и культуру общения;
- воспитывать культуру и манеру исполнения;
- воспитывать стремление к саморазвитию, самореализации;
- формировать активную жизненную позицию.

обучающие:

- познакомить с терминологией разных видов танцев;
- познакомить с народными традициями, костюмами;
- научить исполнять exercise классического, народно-сценического танца и современного танца, модерн;
- привить навыки правильности, четкости и чистоты исполнения;
- познакомить с жанрами музыки.

развивающие:

- развивать и поддерживать устойчивый интерес ребенка к хореографическому искусству;
- развивать танцевальную технику, чувство ритма, выносливость, свободу и выразительность исполнения;
- развивать основные психофизические качества (память, воображение, внимание и т. д.);
- развивать коммуникативные навыки личности, активности детей.

Формы проведения занятий

При реализации программы используются следующие формы проведения занятия:

- коллективные (постановочно-репетиционная работа),
- групповые (учебно-тренировочные занятия),
- индивидуальные (работа с солистами и отстающими).

Методы обучения

На занятиях используются следующие методы обучения:

- словесный;
- наглядный;
- практический;
- игровой;
- метод импровизации.

Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов, приёмов и форм обучения. Целесообразность и выбор того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог на занятии.

Педагогические технологии

На занятиях используются следующие технологии:

- *Игровые технологии* помогают развитию творческого мышления, развивают воображение и фантазию, улучшают общение и взаимодействие в коллективе.
- *Личностно-ориентированные технологии.*
- *Деятельностная технология* - учащиеся изучают новый материал через личный показ педагога и его объяснения с последующим повторением.

- *Здоровьесберегающие технологии.* Музыкально-ритмические упражнения выполняют релаксационную функцию, помогая добиться эмоциональной разрядки, снять умственную нагрузку и переутомление. Данные упражнения формируют красивую осанку, укрепляют мускулатуру, развивают мелкую моторику, воспитывают выносливость.
- *Информационные технологии.* Данные технологии позволяют учащимся получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога.

Прогнозируемые результаты

Предметные результаты

К концу **I года обучения** учащийся должен

знать:

- такие понятия, как шеренга, колонна, интервал, дистанция;
- простейшие элементы русского народного танца, положения рук, ног, головы;
- различные виды шага и бега;
- упражнения партерной гимнастики;
- основные понятия и термины русского танца.

Уметь:

- ориентироваться в пространстве хореографического зала;
- сохранять правильную осанку и верно двигаться в такт музыки;
- различать марш (4/4), польку (2/4), вальс (3/4);
- слышать и понимать начало и конец музыкальной фразы;
- исполнять несложный танец, основанный на простейшей лексике русского танца.

К концу **II года обучения** учащийся должен

знать:

- знать правила постановки рук, группировки пальцев в классическом и народно-сценическом танце;
- положения классического танца, стоя лицом к станку, держась двумя руками (для модуля А);
- историю развития классического танца. Терминологию классического танца;
- основные положения классического танца (на середине) (для модуля В);
- историю и развитие бального танца. Терминологию бального танца.
- приемы русского танца.

Уметь:

- выполнять гимнастические упражнения: «мостик», «шпагат» и другие упражнения согласно возрасту учащихся;
- исполнять русский народный танец;
- выполнять различные позиции рук и ног;
- выполнять подготовительные и основные движения танцев в ритме польки, вальса (по 3-ей и 6-ой позиции) (для модуля В);
- ставить ноги в I, II, V позиции.

По окончании **III года обучения** учащийся должен

знать:

- правила исполнения основных движений классического танца (для модуля А);
- историю развития танца модерн. Терминологию танца модерн.

Уметь:

- правильно исполнять присядки в русском характере;

- слышать и понимать значения вступительных и заключительных аккордов в упражнениях классического и народно-сценического, современного бального танца (для модуля В);
- выполнять подготовительные и основные движения танцев в латиноамериканских ритмах (ча-ча-ча, посодобль, самба) и в современных ритмах (рок-н-ролл, вару-вару) (для модуля В);
- исполнять сюжетно-игровой танец на усложненной лексике и рисунке.
- иметь навык актерской выразительности и обращения к партнеру.

По окончании **IV года обучения** учащийся должен

знать:

- различные жанры музыки (классический, народный, современный);
- терминологию народно-сценического танца.
- понятие о типах музыки: адажио, модерато, аллегро;
- положения у станка «за одну руку».

Уметь:

- различать особенности медленных хороводов и быстрых плясок;
- правильно открывать и закрывать руку у станка и на середине;
- координировать движения головы, рук, ног, корпуса;
- исполнять танец на современном материале.

По окончании **V года обучения** учащийся должен

знать:

- правила исполнения основных движений народно-сценического танца;
- характерные особенности танцев разных народов;

Уметь:

- исполнять движения на мелодию с затактом;
- исполнять простейшие дроби двойные и синкопированные;
- владеть основными навыками классического, народно-сценического и современного танца;
- исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность;
- исполнять фигурный вальс, русскую пляску и др.

По окончании **VI года обучения** учащийся должен

знать:

- основные понятия и термины классического, современного, русского и народно-сценического танца.

Уметь:

- более совершенно владеть техникой исполнения;
- свободно владеть своим телом;
- уметь быстро принять маленькие и большие позы *croise* и *efface*, знать ракурсы в классическом танце;
- уметь исполнять маленькие, средние и большие прыжки по программе классического танца;
- владеть техникой вращения по диагонали и на середине;
- исполнять танцы в современных ритмах (рэп, хип-хоп, рок-н-ролл).

Личностные и метапредметные результаты

Так как общеразвивающая программа вариативна, т.е. рассчитана на 3 или на 6 лет обучения, то прогнозируемые личностные и метапредметные результаты прописаны для каждого вида программы:

- программа, рассчитанная на 3 года обучения (базовая);
- программа, рассчитанная на 6 лет обучения (основная).

По окончании обучения по *базовой программе* у детей должны сформироваться следующие личностные результаты:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду.

По окончании обучения по *основной программе* у детей должны сформироваться следующие личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре и т.д.;
- освоение социальных норм, правил поведения, участие в детском самоуправлении и общественной жизни;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование основ экологической культуры;
- развитие эстетического сознания через освоения художественного наследия народов России и мира.

Метапредметные результаты направлены на формирование регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

По окончании обучения по *базовой программе* у учащихся должны сформироваться следующие универсальные учебные действия (УУД):

- **Познавательные УУД:** освоение способов решения проблем творческого характера, освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии, использование различных способов поиска, сбора, обработки, анализа, передачи информации, овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.
- **Коммуникативные УУД:** умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.
- **Регулятивные УУД:** формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации,
- **Личностные УУД:** формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха, соблюдать нормы этики и этикета.

По окончании обучения по основной программе у учащихся должны сформироваться следующие УУД:

- **Познавательные УУД:** умение самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, умение определять понятия, создавать обобщения. Классифицировать, строить умозаключение и делать выводы.
- **Коммуникативные УУД:** умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты, умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, потребностей, планирование и регуляция своей деятельности.
- **Регулятивные УУД:** умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач, умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.
- **Личностные УУД:** желание приобретать новые знания и умения, совершенствовать имеющиеся, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, соблюдать нормы этики и этикета.

Критерии и способы определения результативности

№	Критерии	Методы диагностики
Диагностика уровня достигнутых предметных результатов		
1	Владение предметными знаниями по образовательной программе	- опрос, анкетирование, тестирование; - наблюдение
2	Владение практическими умениями и навыками по образовательной программе	- наблюдение; - просмотр; - выполнение индивидуальных заданий на импровизацию
Диагностика уровня достигнутых метапредметных результатов		
1	Регулятивный компонент (умение управлять своей деятельностью, осуществлять контроль и ее коррекцию, проявлять инициативность и самостоятельность)	- наблюдение; - собеседование с учащимися, родителями.
2	Коммуникативный компонент (анализ уровня развития коммуникативных способностей, анализ достигнутого уровня навыков сотрудничества)	- наблюдение; - методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (на основе материалов Р. В. Овчаровой)

3	Познавательный компонент (диагностика активности мышления, интереса к содержанию и процессу обучения)	- методика определения типологии мотивов учения «Лесенка побуждений» А.И.Божович, И.К.Маркова (адаптирована для УДОД); - наблюдение.
4	Личностный компонент (познавательный интерес, нравственные представления, гражданская позиция, креативность)	-методика изучения социализированности личности учащегося М.И. Рожкова; - методика «Репка» (разработка преподавателей кафедры общей педагогики РПГУ им. Герцена); - анализ поставленных импровизаций учащегося; - наблюдение.
Диагностика уровня достигнутых личностных результатов		
1	Самосознание и самоопределение (образ «Я», анализ внутренней позиции, самооценка, самоуважение)	- методики определения самооценки младших школьников «Лесенка» А.И.Божович, И.К.Маркова (адаптирована для УДОД); - Опросник «Самооценка» методика определения самооценки среднего школьного возраста; -наблюдение.
2	Смыслообразование (выявление преобладающей мотивации, границ знания/незнания, самоорганизация свободного времени)	- методика определения типологии мотивов учения «Лесенка побуждений» А.И.Божович, И.К.Маркова (адаптирована для УДОД); -наблюдение
3	Морально-этическая ориентация (владение социальными нормами и правилами поведения, ценностные ориентиры, толерантность и др.)	- методика для изучения социализированности личности учащегося М.И. Рожкова; - наблюдение.
4	Творческое мышление (постановка необычных, нестандартных вопросов и проблем, выдвижение необычных, нестандартных решений в проблемных ситуациях, способность гибко применять разнообразные стратегии при решении проблем, вариативность способов воплощения идеи и др.)	- наблюдение; - анализ поставленных импровизаций.

Методы и этапы контроля

Контроль представляет собой реализацию принципа обратной связи, без него невозможно полноценное управление программой. Контроль помогает понять, усваивают ли дети программный материал, выявить отстающих, а так же пробелы в знаниях учащихся и своевременно их устранить. Контроль проводится в 3 этапа и в течение всех лет обучения.

1 этап: предварительный – оценка начального уровня развития знаний и навыков.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, тестирование, анкетирование.

2 этап: текущий – выявление уровня усвоения учащимися программного материала, применения его на практике.

Контрольно-диагностические средства: проверка домашних заданий, просмотр творческих работ детей, проведение открытых уроков и концертов для родителей. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.

3 этап: итоговый – проверка знаний и умений детей, полученных в ходе реализации общеобразовательной программы.

Контрольно-диагностические средства: участие в конкурсах и фестивалях, отчётный концерт, итоговое занятие, тестирование, анкетирование.

Воспитательная работа

Важной составляющей работы в детском объединении является воспитательная работа. Эта работа не имеет чётко обозначенных границ, она ведётся постоянно, на каждом занятии.

Главной задачей воспитательной работы является создание детского коллектива. Для успешного формирования и развития детского коллектива, способного саморазвиваться и влиять на формирование отдельной личности в системе дополнительного образования есть все необходимые условия: выбор учащихся добровольен, деятельность объединения происходит в сфере свободного времени учащихся, содержание и формы работы объединения при необходимости могут варьироваться.

Влиять на формирование и развитие детского коллектива можно через:

- создание доброжелательной и комфортной атмосферы, в которой каждый ребёнок ощущает себя необходимым и значимым;
- создание «ситуации успеха» для каждого ребенка;
- использование различных форм массовой воспитательной работы, где каждый учащийся приобретает социальный опыт, пробуя себя в разных социальных ролях;
- создание в творческом объединении детского самоуправления.

Большое влияние на становление личностных качеств учащихся оказывает специфика хореографического объединения. На постоянных репетициях, во время концертной работы формируются такие качества, как настойчивость, ответственность, трудолюбие, взаимовыручка и т. д.

С целью создания и поддержания в коллективе атмосферы доверия, взаимопонимания, теплоты организуются различные вечера отдыха. В начале учебного года проводится «Вечер знакомств», где ребята в непринуждённой обстановке знакомятся друг с другом. Также в коллективе отмечаются различные праздники, проводятся Дни именинников, капустники, «огоньки» и др. В организации подобных мероприятий принимают участие все дети и их родители.

Во время летних каникул педагог вместе со своим коллективом выезжает в профильные смены, организованные в загородных лагерях отдыха. Там дети отдыхают и продолжают заниматься хореографией. Жизнь в лагере оказывает огромное влияние на дальнейшее становление, творческое развитие и сплочение детского коллектива.

Работа с родителями

Детское хореографическое объединение не может успешно функционировать без поддержки и помощи родителей. Используются следующие формы работы с родителями:

- родительские собрания;
- анкетирование родителей;
- индивидуальные беседы (по необходимости);
- проведение открытых занятий;
- совместная организация различных мероприятий («Огонёк», КВН, капустник, праздничные чаепития).

Помощь родителей необходима в организации концертной деятельности: подготовка концертных костюмов, осуществление фото и видеосъёмки и т. д.

**Учебно-тематический план
I года обучения**

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практик а
1.	Вводное занятие	1	1	-
2	Ритмика	11	-	11
3.	Партерная гимнастика	12	-	12
4	Элементы классического танца	16	2	14
5.	Элементы народно-сценического танца	30	2	28
6	Элементы современного танца (модерн)	30	2	28
7	Музыкальные игры	2	-	2
8	Постановочная работа	10	-	10
9	Репетиционная работа	26	-	26
10	Концертная деятельность	4	-	4
11	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого в год:	144	7	137

**Содержание деятельности
I года обучения**

1. Вводное занятие

Знакомство с детским объединением, организационные моменты, инструктаж по технике безопасности, беседа об искусстве танца.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Ритмика

Знакомство с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция. Построение и передвижение в танцевальном зале. Положение корпуса и головы; поклон; шаг с носка. План танцевального зала. Позиции ног(I, II, III, VI). Определение различных музыкальных темпов. Виды шага (на п/п; на пяточках; шаркающие). Виды бега (бег на п/п , с выбрасыванием ног на 45° вперёд, назад, “подскоки,” галоп). Прыжки (на месте, из стороны в сторону, «кенгуру», «кенгуру с поджатыми ногами», двойные прыжки из стороны в сторону),

Упражнения на расслабление мышц: «улитка»; «надуть и сдуть шарик», «незнайка». Па польки. Присядка «мячик». Подготовительные упражнения для выполнения движения «колесо».

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт,

3. Партерная гимнастика

Упражнения для улучшения выворотности ног: «лягушка», «лягушка на животе». Упражнение: «стойка на лопатках». Большие броски вперед в положении лежа на спине, лежа на боку. Упражнения: «солдатик», «бабочка», «лучик солнца», «солнышко», «маятник», «флажок», «морские волны». Упражнения на развитие гибкости: «коробочка», «морская рыбка», «плодочка», «кошка», «корзиночка», «крылья птицы», «велосипед». Гимнастическое упражнение «мостик». Passe в положении лежа на спине, Releve lent в положении лежа на спине. Большие броски назад, вперёд, в сторону. Упражнение - растяжка на шпагат.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт.

4.Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: постановка корпуса, ног, рук, головы, поз классического танца у станка и на середине зала, позиции рук I; II; III; позиции ног I; II; III; VI, V. Demi plie по I; II; позициям; Grand plie по I; II; позициям; Battement tendu по I позиции в сторону; Battement tendu jete.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

5. Элементы народно - сценического танца

Теория: История русского танца. История русского костюма.

Практика: Главная задача первого года обучения – овладение постановкой корпуса, рук и головы в народно-характерном танце, основными движениями и манерой русского танца, освоение терминологии.

Первый год обучения народно-сценическому танцу строится на изучении и исполнении движений русского танца, сначала отдельных элементов, а потом небольших учебных комбинаций. Занятия проводятся только на середине зала. В основу обучения должен быть положен метод усвоения техники исполнения движений в неразрывной связи с манерой и характером, которые делают элементы танца истинно национальными.

1-е полугодие. Русский танец.

1. Положения и движения рук.
2. Ходы и основные движения:
 - простой бытовой шаг
 - ход с выносом ноги вперед через 1 позицию
 - переменный
 - дробный
 - «припадание» - боковой ход
3. Подготовка к дробям:
 - а) удары всей стопой в пол (левой и правой ногой)
 - б) удары двумя ногами
 - в) притопы (двойной, тройной)
4. «Ковырялочка»
5. «Моталочка»
 - простая
 - поперечная (маятник)

2-е полугодие

Во втором полугодие начинается освоение хороводов, как наиболее простой формы русских народных танцев. Процесс обучения включает в себя дальнейшее изучение элементов русского танца.

1. Поклоны:
 - а) простой поклон на месте;
 - б) простой поклон с шагами в сторону;
 - в) простой поклон с шагами вперед и отходами назад;
 - г) праздничный поклон.
2. «Веревочка»:
 - простая.
3. «Гармошка»:
 - а) боковая по 6-й позиции – «ёлочка»;
 - б) боковая с переводом стопы из 1-й выворотной в 1-ю невыворотную позиции.
4. Дробные движения:
 - а) ключ одинарный и двойной;
 - б) дробная дорожка;
 - в) дробь с подскоком.
5. Полуприсядки:
 - а) с выбросом ноги вперед;

б) с отскоком в сторону на одну ногу и растяжки по 2 позиции.

6. Вращения:

а) отработка поворота головы;

б) подготовка к tour по 6 позиции с подъемом рабочей ноги к колену.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

6. Элементы современного танца (модерн)

Освоить:

а) основные элементы техники, комбинирование движений, координацию в трех уровнях;

б) в части centre work исполнения элементов в положении spiral;

в) комбинирование перемещений по пространству.

Структура урока состоит из 3-х основных частей:

- floor work - упражнения в партере;

- centre work - упражнения в положении стоя, на середине класса;

- moving in space - передвижение в пространстве.

Floor work (фло ворк) - упражнения в партере.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

7. Музыкальные игры

Развивают чувство ритма, музыкальную память, дают представление о первичных жанрах музыки.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

8. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика: разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

9. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

10. Концертная деятельность

На I году обучения участие детей в концертах минимальное.

11. Итоговое занятие

Теория: проверка теоретических знаний, усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт, тестирование, анкетирование, просмотр.

Учебно-тематический план II года обучения (216 часов)

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Ритмика	17	-	17
3.	Партерная гимнастика, растяжка	18	-	18
	Модуль А			
А.4.	Элементы классического танца	60	8	52
	Модуль В			
В.4.	Элементы современного бального танца	40	4	36
В.4.	Элементы классического танца	20	4	16
5.	Элементы русского танца	36	4	32
6.	Музыкальные игры	2	-	2
7.	Постановочная работа	18	4	14
8.	Репетиционная работа	46	-	46
9.	Концертная деятельность	16	-	16
10.	Итоговое занятие	2	-	2

	Итого в год:	216	17	199
--	--------------	-----	----	-----

**Учебно-тематический план
II года обучения (180 часов)**

п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Ритмика	15	-	15
3.	Партерная гимнастика, растяжка	16	-	16
	Модуль А			
А.4.	Элементы классического танца	50	8	42
	Модуль В			
В.4.	Элементы современного бального танца	34	4	30
В.4.	Элементы классического танца	16	4	12
5.	Элементы русского танца	30	4	26
6.	Музыкальные игры	2	-	2
7.	Постановочная работа	16	4	12
8.	Репетиционная работа	36	-	36
9.	Концертная деятельность	12	-	12
10.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого в год:	180	17	163

Содержание деятельности II года обучения

1. Вводное занятие

Обсуждение содержания занятий. Инструктаж по технике безопасности.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Ритмика: материал 1-го года обучения, добавляются упражнения на развитие всех групп мышц (наклоны корпуса, головы и т.д.), подскоки в повороте с продвижением по диагонали, колесо.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт.

3. Партерная гимнастика: материал 1-го года обучения, добавляются растяжка на шпагат, упражнения для нижнего и верхнего пресса, для укрепления спины.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт.

А.4. Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: позиции рук I; II; III; позиции ног I; II; III; VI, V. Demi plie по I; II; III позициям; Grand plie по I; II; III позициям; Battement tendu по I позиции в сторону; Battement tendu jete по I позиции в сторону; Releve по I; II; III позициям; прыжки pas soutes по I; II ;III позициям; Port de brass I, II, III форма.

Па вальса вперед, па вальса назад, вальсовая дорожка, па польки. Releve lent на 45° в сторону лицом к станку; Battement tendu из I позиции вперед; Demi rond – en dehors; Battement tendu jete по I позиции вперед; Demi rond – en dehors; Releve lent на 45° вперед; Battement tendu с demi plie; Battement tendu из I позиции назад; Battement tendu jete из I позиции назад; Demi rond - en dedans; Releve lent на 45° назад.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

В.4.1. Элементы современного бального танца

Теория: история и развитие бального танца. Терминология бального танца.

Практика: подготовительные и основные движения танцев в ритме польки, вальса (по 3-ей и 6-ой позиции).

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

В.4.2. Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: за основу берётся в сокращённом виде модуль А.4., используются движения, которые можно отрабатывать без станка.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

5. Элементы русского народного танца

Теория: приёмы русского танца (хоровод, пляска, перепляс).

Практика: раскрывание и закрывание рук в русском танце, поклон на месте с руками и без рук. Притопы одинарные, двойные, тройные. Шаг с каблука, шаг с притопами, вперед и назад. «Веребочка» простая, «веребочка» с «ковырялочкой», «ковырялочка» с двойным притопом, перескоки с ноги на ногу, ключ простой. Припадания в сторону по III позиции, припадания вперед и назад по VI позиции.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

6. Музыкальные игры

Усложняются правила игр, разученных на I году обучения, ускоряется темп игры.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

7. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика: разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

9. Концертная деятельность

Участие в мероприятиях, творческих отчётах, конкурсах и фестивалях.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность.

10. Итоговое занятие

Теория: проверка теоретических знаний, усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт.

Учебно-тематический план III года обучения

№ п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие.	2	1	1
	Модуль А			
А.2.1	Элементы классического танца	36	6	30
А.2.2	Элементы современного танца, модерна	36	2	34
	Модуль В			
В.2.1	Ритмика	36	-	36
В.2.2	Элементы классического танца	18	4	14
В.2.3	Элементы современного бального танца	18	4	14
3.	Элементы народно-сценического танца	36	4	32
4.	Актерское мастерство	4	-	4
5.	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет	4	-	4

6.	Постановочная работа	18	2	16
7.	Репетиционная работа	46	-	46
8.	Концертная деятельность	32	-	32
9.	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого в год:	216	16	200

Содержание деятельности III года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Организационные вопросы. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: повторение комплекса разминки.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

А.2.1. Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: Grand plie по I; II; V позициям; Rond de jamb par terr (en dehors, en dedans); положение sur le cou-de-pied; Battement fondu в сторону (носком в пол, крестом); Battement frappe в сторону (носком в пол); Pas balance (у станка); Rond de jamb en l'air (подготовительное упражнение); Releve lent на 90° и выше (крестом); Battement developpe; Rond de jamb en l'eir (en dedans); Grand battemen jetes (крестом); Pas soule по V позиции; Changement de pieds. Па шассе. Па польки назад. Вальс в повороте.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

А.2.2. Элементы современного танца, модерна

Теория: История развития танца модерн.

Практика:

Разогрев: комплекс разминки; поза «коллапс»; пульсирующие наклоны торса вперед или к ногам по I или II позиции; фиксированные наклоны к ногам; упражнения стреч. характера: одна нога на станке опорная demi plie; нога на станке наклон к опорной ноге.

Изоляция: «квадрат», «крест» головой. «Квадрат», «крест» плечами. «Квадрат», «крест» грудной клеткой. Движение бедрами вперед-назад, то же оппозиционно; движения бёдер из стороны в сторону; движение бёдер Hit lift.

Движения на координацию: координация изолированных центров; свинговое раскачивание головой и бедрами вперед-назад, то оппозиционно; параллельные движения головы и бёдер, то оппозиционно; полукруги бедрами и головой слева направо и наоборот; голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди - назад и наоборот; голова наклоняется вправо, одновременно левое плечо поднимается вверх, то же в другую сторону; sundari вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз.

Упражнения для позвоночника: Flat back, комбинация Flat back; Flat back в сочетании с demi plie. Table top, Deep body bend, Side stretch (руки в III позиции).

Уровни: движения, стоя на полупальцах; упражнения на всей стопе; упражнения с согнутыми коленями; движения на четвереньках (опора на руках и коленях); упражнения в положении одна или две ноги вытянуты назад, упор на руки; упражнения с согнутыми коленями движения на четвереньках (опора на руках и коленях); элементы шейпинга.

Кросс: шаги примитивы, шаг Flat step.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

В.2.1. Партерная гимнастика

Изучается комплекс корригирующей гимнастики. Идёт увеличение интенсивности нагрузки.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт.

В.2.2. Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: отработка движений, разученных на 1 и 2 годах обучения. Увеличивается темп исполнения. Отрабатывается техника исполнения.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

В.2.3. Элементы современного бального танца

Теория: Истории бального танца. Особенности стилей.

Практика: подготовительные и основные движения танцев в латиноамериканских ритмах (ча-ча-ча, посодобль, самба). Подготовительные и основные движения танцев в современных ритмах (рок-н-ролл, вару-вару).

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

3. Элементы народно-сценического танца

Теория: Беседа «Истоки народного танца». Терминология народного танца.

Практика: Позиция ног в народном танце Положения и позиции рук в народном танце. Ключ простой с переступанием, «моталочка», «моталочка» с продвижением, «молоточки», «молоточки» в продвижении, присядки по I позиции с выносом ноги вперед, по I позиции с выносом ноги в сторону, хлопущки одинарные и двойные (в ладоши и по бедрам). «Веревочка», «веревочка» двойная. Флик-фляк по VI поз. (акцент от себя). Дробное выстукивание. Подготовка к началу движений у станка. Движения руки. Полуприседания и полные приседания (плавные). Маленькие броски. Каблучное упражнение. Подготовка к верёвочке. Флик-фляк. Круг ногой по полу. Дробные выстукивания. Большие броски.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

4. Актерское мастерство

Упражнения на развитие актёрских способностей детей.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

5. Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет

Контрольно-диагностические средства: наблюдение, опрос.

6. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика: Разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

7. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Концертная деятельность

Участие в различных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.

9. Итоговое занятие

Теория: проверка теоретических знаний, усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт.

Учебно-тематический план IV года обучения

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Классический танец	36	8	28
3	Народно-сценический танец	36	6	30
4	Элементы современного танца, модерна	36	2	34
5	Актерское мастерство	4		4
6	Постановочная работа	18	2	16
7	Репетиционная работа	46	-	46

8	Концертная деятельность	32	-	32
9	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет	4	-	4
10	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого в год:	216	20	196

Содержание деятельности IV года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Организационные вопросы. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: повторение комплекса разминки.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Классический танец

Теория: Терминология классического танца. Беседы о наиболее ярких страницах русского балета.

Практика: Положения корпуса, рук и головы в упражнениях одной рукой за палку. Battement fondu назад. Battement frappe назад. Demi plie по IV позиции. Grand plie по IV позиции. III port de bras у станка. Rond de jamb par terre с demi plie. Battement developpe. Battement tendu pour le pied (с нажимом) на II позицию. Battement tendu jete pique. Grand battement jete. Preparasion для rond de jamb par terre. Pas de basques. Demi plie (на середине). Battement tendu в сторону (на середине). Маленькие броски с работой пятки опорной ноги. Маленькие броски с полуприседаниями на опорной ноге. Pas glissade. Temps lie par terr. Pas de boure (у станка). Pas echape. Большие броски с приседанием на опорной ноге. Pas de boure (на середине). Полуповорот из V позиции Pas coupe.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

3. Народно-сценический танец

Теория: Терминология народно-сценического танца. Характерные особенности танцев разных народов.

Практика: русский поклон с продвижением. Переменный шаг с притопом. Боковое припадание с двойным ударом п/п впереди и сзади. «Ключ». «Веревочка» двойная с переступанием. Тройная дробь. Дробная дорожка каблучками. Присядки: с выбросом ноги на воздух, с продвижениями в сторону, «подсечка», «разножка». Вращение по диагонали: «блинчики».

Упражнения на развитие подвижности стопы с работой пятки опорной ноги, перевод ноги с носка на каблук, полуприседания на опорной ноге в момент перевода ноги с носка на ребро каблука. Каблучное упражнение (поочерёдное вынесение, то на каблук, то на носок). Маленькие броски с работой пятки опорной ноги, с полуприседанием на опорной ноге. Подготовка к «веревочке» (с опусканием в полуприседание после опускания ноги). Флик-фляк с переступанием. Круг ногой по полу (ребром каблука). Прыжок: «голубцы».

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

4. Элементы современного танца, модерна

Теория: Терминология танца модерн.

Практика:

Разогрев: Позиции рук и положения в модерне; упражнения стрейч. характера нога на станке (разъезжаемся по палке); «джазовый шпагат».

Изоляция: «Круг» головой. «Крест», «квадрат», «полукруги», «круги», «восьмерка», «диагональный крест» бедрами. «Полукруг», «круг» плечами. «Полукруги» грудной клеткой.

Движения на координацию: голова исполняет крест, а в параллельном движении движутся бёдра; комбинация Flet back с releve; голова исполняет круг в параллель движению бедер;

голова исполняет квадрат в параллельном движении движутся бёдра; «опозиционный крест»; «опозиционный квадрат».

Упражнения для позвоночника: твист торса; curve; твист плеч.

Уровни: упражнения, стоя на двух коленях; упражнения, стоя на одном колене, другая нога открыта в любом направлении; упражнение во frog – position; упражнения в положении: ноги вместе вытянуты вперед; упражнения, сидя на полу с раскрытыми в сторону ногами. Элементы шейпинга.

Кросс: шаг camel work (верблюжий шаг); шаг из танца «ча-ча-ча»; шаг «Латин- уорк».

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

5. Актерское мастерство

Выражение характера музыки, темпа, динамики в творческой импровизации различных движений под музыку, в свободных танцевальных движениях, в упражнениях, играх, танцах с фиксированными движениями.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

6. Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет

Контрольно-диагностические средства: наблюдение, опрос.

7. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика Разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

9. Концертная деятельность

Участие в различных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность.

10. Итоговое занятие.

Теория: проверка теоретических знаний, усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт, тестирование.

Учебно-тематический план V года обучения

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Классический танец	36	12	24
3	Народно-сценический танец	36	6	30
4	Современный танец, модерн.	36	4	32
5	Актерское мастерство	4	-	4
6	Постановочная работа	18	2	16
7	Репетиционная работа	46	-	46
8	Концертная деятельность	36	-	36
9	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет	4	-	4
10	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого в год:	216	26	190

Содержание деятельности V года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Обсуждение содержания занятий, организационные вопросы. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: повторение комплекса разминки.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Классический танец

Теория: Терминология классического танца. Беседы о наиболее ярких страницах русского балета.

Практика: Battement tendu jete pique. Rond de jamb par terre на 45°. Preparation для rond de jamb en l'air. Battement fondu (на полупальцах) на 45°. Battement fondu на 45°. Battement tendu крестом en face на середине. Battement tendu jete в сторону en face (середина). IV port de brass Double Battement frappe на 45°.

Battement developpe с demi rond. Battement tendu в маленькой позе croise. Battement tendu jete в маленькой позе croise. Pas de chat. Battement tendu jete balance. Дубль battement frappe крестом. Grand battement tendu jete с balance. Temps lie par terre на 90°. Battement fondu в сторону носком в пол (на середине). Battement frappe в сторону носком в пол (на середине). I; II; III арабеск. Preparation к пируэту из V позиции. Sissonne simple. Sissonnes fermee.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

3. Народно-сценический танец

Теория: Терминология народно-сценического танца. Характерные особенности танцев разных народов.

Практика: Присядки. Плавные и резкие приседания. Упражнения на развитие подвижности стопы (полуприседания на обеих ногах в момент возвращения ноги в позицию). Маленькие броски с ударом каблука. Маленькие броски сквозные по I позиции с одним ударом пятки опорной ноги. Каблукчковое упражнение с поворотом стопы и ударом в закрытом и открытом положении, упражнение на 45°. Круг ногой по полу с поворотом пятки опорной ноги каблуком, носком. Высокие развороты ноги. Повороты стопы с одинарным ударом. «Веревочка» с выносом ноги на каблук, с подскоком. Двойная дробь на месте, с поворотом, дробь с продвижением вперед, с продвижением вперед и с поворотом. Дробная дорожка. «Моталочка» в повороте с продвижением.

Подбивка с переступанием на полупальцах. Прыжок с «поджатыми ногами» в повороте на 180° и 360°. «Качалочка». Вращение по диагонали в подскоке

Вращения по диагонали - «бегунок».

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

4. Современный танец, модерн

Теория: Ансамбли современного танца. Терминология танца модерн.

Практика:

Разогрев: джазовый шпагат; открыть ногу рукой в сторону из положения лежа на боку; открыть ногу рукой назад из положения лежа на животе.

Изоляция: «свинговый полукруг» головой; «восьмерка» плечами; Sundari – «крест» головой; грудная клетка комбинация «крест» - «квадрат»; sundari – «квадрат» головой; полукруги бедром наружу; sundari - круг головой; грудная клетка комбинация «круг» - «полукруг»; sundari по диагонали; shimmi; твист плеч; jelly roll.

Движения на координацию: голова исполняет движения вправо-влево, одновременно движения грудной клетки вперед-назад. Голова исполняет круг, одновременно круг кистями рук во II позиции. Круг головой и круг плечами. Наклон головы вперед-назад, одновременно battement tendu правой ногой. Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей. Комбинация на координацию трёх центров.

Упражнения для позвоночника: Roll down; roll up; твистовый изгиб с demi plie; твистовый изгиб с grand plie; твистовый изгиб с releve; твистовый изгиб с battement tendu.

Уровни: svastic; ноги согнуты в коленях одна стопа перед другой; упражнения сидя на одном бедре; упражнения лежа на спине.

Кросс: шаг по диагонали с движением бёдер вперёд-назад; шаг по диагонали с движением бёдер из стороны в сторону.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

5. Актерское мастерство

Художественно-образная связь движения с элементами импровизации, со строением музыкального произведения.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

6. Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет

Контрольно-диагностические средства: наблюдение, опрос.

7. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика: разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

9. Концертная деятельность

Участие в различных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность.

10. Итоговое занятие

Теория: проверка теоретических знаний, усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт.

Учебно-тематический план VI года обучения

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Классический танец	36	12	24
3	Народно-сценический танец	36	6	30
4	Современный танец, модерн	36	4	32
5	Актерское мастерство	4	-	4
6	Постановочная работа	18	2	16
7	Репетиционная работа	46	-	46
8	Концертная деятельность	36	-	36
9	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет	4	-	4
10	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого в год:	216	26	190

Содержание деятельности VI года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Обсуждение содержания занятий, организационные вопросы. Техника безопасности.

Практика: повторение комплекса разминки.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Классический танец

Теория: Терминология классического танца Беседы о наиболее ярких страницах русского балета.

Практика: Battement tendu по позам, battement tendu в сторону. Battement tendu jete по позам. Battement fondu на 90°. Pas tombe. Petit battement sur le cou-de-pied. Preparation к пируэту из V позиции (en dedans). Pas jete. Pas de bourre со сменой ног. Grand battement jete pique. Battement tendu jete в маленьких позах croise (на середине) с работой рук. Battement fondu крестом en face (середина) в маленьких позах croise. Pas de basque. Battement fondu на полупальцах. Battement frappe на полупальцах у станка. Rond de jamb en l'air на п/п. Battement develoupre на полупальцах. Battement develoupre с demi rond. Pas ballottes. Temps lie par terre на 90° с пируэтом. Пируэт из V позиции.

Поза attitude. Позы effacee, croisee, ecourte на 90°

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

3. Народно-сценический танец

Теория: Терминология народно-сценического танца. Характерные особенности танцев разных народов.

Практика: Раскрытие ноги на 90° с ударом пятки опорной ноги. Большие броски с падением на рабочую ногу. Большие броски с ударом опорной ноги в пол. Большие сквозные броски через I позицию. Большие сквозные броски через I позицию с работой пятки опорной ноги. Прыжки с вытянутыми ногами с поворотом на 180° и 360°. Флик-фляк «веер» по V позиции; с мазком от себя и с прыжком на опорной ноге; «веер» с работой пятки опорной ноги. Присядка «ползунок». Хлопушки на подскоках с ударами по голенищу сапога перед собой, ударом по голенищу сапог сзади; с поочередными ударами по голенищу спереди и сзади на подскоках; с ударами двух рук по голенищу одной ноги; с ударами по голенищу сапога вытянутой ноги в повороте. Одинарные дробные выстукивания. Двойные дробные выстукивания, «трилистник», дробная дорожка, дробные выстукивания в сочетании носок, каблук (в испанском характере). Вращение с движением «молоточек»; с дробью. Вращение на двух ногах.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

4. Современный танец, модерн

Теория: Фитнес-класс. Самостоятельное изучение материала. Терминология танца модерн.

Практика:

Разогрев: прыжки с вытянутыми ногами в повороте на 180° и 360° градусов. Растяжка на поперечный шпагат. Движения для ног: catch step, Prance; Kick. Поворот вокруг воображаемой оси.

Изоляция: шейк плеч; полукруги одним бедром внутрь; комбинация движений головой; комбинация движений бедер.

Движения на координацию: грудная клетка вперед-назад, руки jerk position в оппозиции назад-вперед одновременно Battement tendu в сторону; руки во II позиции кисти вверх-вниз, бедра вперед-назад, голова наклон вправо-влево. Thrust бедрами вправо-влево, руки во II позиции и правым предплечьем на каждый счет круг к себе, одновременно левая рука двигаются по схеме А-Б-В-П позиция.

Упражнения для позвоночника: твистовый изгиб с rond de jamb par terre; твистовый изгиб с подъемом ноги на 90°; «спирали»; Body roll; «Tilt»;

Уровни: элементы шейпинга.

Кросс: шаг с подъемом бедра вверх на каждый шаг; приставные шаги вправо и влево, руки одновременно на каждый счёт наклоны головы вперед-назад; упражнения, лежа на одном боку; шаг с движением грудной клетки вперед-назад; шаг с движением рук вдоль тела в положении locomotor. Шаги в манере джаз – модерна. Шаги в рок-манере. Два приставных шага вправо, два влево, два вправо, два назад. Одновременно thrust бедрами вправо-влево.

Одновременно руки исполняют основную схему в обратном порядке: В-Б-А-П позиция; «пистолет» в сторону и вперёд.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, участие в концертах.

5. Актерское мастерство

Музыкально-двигательный образ импровизационного характера на основе ритмической музыки.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

6. Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет

Контрольно-диагностические средства: наблюдение, опрос.

7. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика: разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Репетиционная работа

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

9. Концертная деятельность

Участие в различных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.

10. Итоговое занятие

Теория: проверка теоретических знаний усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт.

Методическое обеспечение

В начале обучения искусству танца важно, прежде всего, увлечь детей. Нужно, чтобы танец привлекал своим ритмом, возможностью создать форму общения. На первом этапе обучения особенно важна доступность. Ребенок должен почувствовать уверенность в себе, чтобы у него появился интерес к танцам. Безусловно, на более поздних этапах обучения детей и подростков, когда они уже серьезно занимаются в хореографическом коллективе, следует знакомить детей с танцами всех ритмических групп и достаточной сложности.

Занятия ритмикой и партерной гимнастикой являются первым этапом подготовки детей к занятиям классического, народно-сценического, современного танца.

Материал по классическому танцу необходимо давать в небольшом объеме, доступном для детей без особых природных данных. Дети, занимаясь классическим танцем, на сцене выглядят гораздо профессиональнее, отличаются культурой исполнения. Главный принцип разработки содержания тем по изучению основ классического танца - доступность и целесообразность выбора элементов, познание и понимание связи искусства балета с музыкой, литературой, изобразительным искусством (оформление), творческое восприятие классических и современных балетных спектаклей. Изучение основ классического, народно-сценического танцев в экзерсисе у станка и на середине танцевального зала предусматривает развитие пластики тела, координации движений, музыкальности, выразительности, что способствует гармоничному и физическому развитию, практическому сочетанию выработанного правильного дыхания с движением, с элементами классического и народного танцев.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов в обучении учащихся в ансамбле. Народно-сценический танец расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению опорно-двигательного аппарата, развивая те группы мышц, которые дают возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, сложностью темпов и ритмикой.

Но особая роль уделяется изучению русского народного танца, его элементы даются уже на I году обучения. Более полный объем вводится на II году обучения. Практическое усвоение основных элементов русского народного танца способствует более полному познанию и творческому осмыслению национальной культуры в процессе изучения местного песенно-танцевального фольклора и знакомства с местной национальной культурой.

Вначале обучение народно-сценическому танцу не предусматривает прохождения танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на «середине» зала с освоением элементов народного танца в тех формах с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся, имеющим подготовку по классическому танцу и ритмике, и могут изучаться без применения станка. Осваивается простейшая координация, позиции рук, ног, элементы танцев, удобные и понятные детям. Работа без станка, на начальном этапе дает возможность заложить фундамент целого ряда важнейших исполнительских качеств, уделить внимание культуре исполнения при отсутствии технической сложности и больших нагрузок. Освоение плана зала, движение по площадке в различных рисунках и ракурсах, развития чувства позы, навыки координации, культура общения с партнером, начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость.

На III и IV годы начинают проходить основные элементы у станка, освоив которые, учащиеся приступают к их совершенствованию с применением на первых порах несложных комбинаций. Идет усложнение лексики, введение новых технических приемов, усложнение композиций этюдов и танцев. По усмотрению педагога дается материал по той или иной народности, учитывая возрастные особенности.

Занятия по современной пластике даются на V и VI годах обучения. Даются различные комбинации в сочетании с элементами шейпинга и растяжкой. Педагог не должен стремиться к прохождению максимального объема материала в ущерб правильности исполнения.

Концертная деятельность допускается со II года обучения. Отчеты ансамбля планируются в виде открытых уроков, отчетных концертов в конце года, участия в хореографических конкурсах в течение года.

Программа предусматривает:

- формирование устойчивых навыков осанки и развитие пластичности;
- развитие сенсорных умений и совершенствование восприятия музыки;
- формирование координации движений и моторной памяти, внимания, волевых качеств, таких как настойчивость, целеустремленность, упорство, дисциплина;
- освоение техники правильного дыхания во время движения;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- формирование понятия взаимосвязи и взаимопонимания музыкального и танцевального искусства;
- знакомство с терминологией танца;
- изучение и освоение систем обучения танцевальному искусству;
- освоение хореографических элементов: поз, позиций, движений народного и классического танца.

Освоение нового танца предполагает предварительное обучение определенным приемам танцевальной техники, овладения элементами танца в соответствующем стиле как логическое завершение, знание танцевальной композиции. Кроме того, это также позволяет воспитывать устойчивый навык техники правильного дыхания во время движения, развивать танцевальность и привнести в танец сценический, а не тренировочный порядок. Поэтому основной принцип программы - обучать искусству танца, а не «натаскивать» на отдельную композицию. В процессе обучения формируется отношение учащихся к основам танцевального искусства, предполагается пробуждение эмоциональной отзывчивости, воспитание элементов художественного вкуса.

Дидактическое обеспечение

- методическая литература;
- видеозаписи с учебным танцевальным материалом;
- наглядные пособия (журналы с иллюстрациями и книги об искусстве хореографии).

Материально-техническое обеспечение

- просторный, светлый танцевальный зал;
- станок, соответствующий росту и количеству детей;
- зеркала;
- фортепиано или баян;
- аудио и видеоаппаратура;
- аудио и видеоматериалы;
- паласы или коврики для занятий партерной гимнастикой.

Литература

1. Бобкова Д. Волшебная сила танца или Программа оздоровления: практическое руководство к действию. – Самара: Офорт, 2005.
2. Блок Л.Д. Классический танец: История и современность. – М., 2007.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.: Искусство, 2008.
4. Воронина И.Л. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 2010.
5. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 2014.
6. Зацепина К. Народно-сценический танец. – М., 2006.
7. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 2002.
8. Литвинова Н.Ф. Русские народные подвижные игры. – М.: Просвещение, 2006.
9. Лихачёв Б.Т. Педагогика. – М.: Прометей, 2012.
10. Миллер А. – Гимнастика, подобная танцу. // Физкультура и спорт, № 4, 2000.
11. Надеждина Н. Русские танцы. – М., 2011.
12. Педагогическое диагностирование нравственной воспитанности учащихся./Макарова Т.Е. – Самара, 2010.
13. Ткаченко Т. Народные танцы. – М., 2015.
14. Чефранова Н. О внутренней технике артистов балета. – М., 2007.
15. Шульгина А. П. Методика преподавания историко-бытового танца. – М., 2011.