

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
БИЛИБИНСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**



Дополнительная образовательная общеразвивающая программа

**Хореографической студии «AT-DANCE»
«В ритме танца»**

Направленность программы: художественная

Срок реализации: 7 лет

Возраст обучающихся: 6–17 лет

Автор: Кузьмина Т. В.

Педагог дополнительного образования

Принята на заседании методического
(педагогического) совета
от «25 » августа 2025г.
Протокол N1

Утверждаю:
Директор МОУ ДО БР ЦДО
Маслова Л.В. _____
от «25» августа 2025г. №153-од

г. Билибино 2025 г.

Оглавление

<u>I.</u>	Комплекс основных характеристик программы	3
	Пояснительная записка	3
	Направленность (профиль) программы	3
	Актуальность программы	3
	Отличительные особенности и новизна.....	4
	Адресат программы.....	4
	Объем программы	4
	Формы обучения	4
	Методы обучения	4
	Типы занятий.....	5
	Формы проведения занятий.....	5
	Сроки освоения программы.....	5
	Режим занятий.....	5
	Цель и задачи программы.....	5
	Содержание программы.....	6
	Учебно-тематический план 1-го года обучения	7
	Учебно-тематический план 2-го года обучения	10
	Учебно-тематический план 3-го года обучения	14
	Учебно-тематический план 4-го года обучения	19
	Учебно-тематический план 5-го года обучения	24
	Учебно-тематический план 6-го года обучения	27
	Учебно-тематический план 7-го года обучения	30
<u>II.</u>	Комплекс организационно-педагогических условий	35
	1.Условия реализации программы	35
	2.Формы аттестации.....	35
	3. Методические рекомендации	36
<u>III.</u>	Список литературы	38
<u>IV.</u>	Приложение	Ошибка! Закладка не определена.
	Программа воспитания	40

I. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Настоящая образовательная программа разработана на основании:

1. Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция).
2. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
3. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
5. Приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Письма Министерства просвещения РФ от 30.11.2023 г. № АЗ-1750/04 «О направлении методических рекомендаций».
7. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г.
8. Устава МАОУ ДО БР ЦДО (Постановление Администрации МО БМР ЧАО от 12.04.2021 г. № 199).
- 9.

Направленность (профиль) программы

Данная программа относится к программам художественной направленности и обеспечивает создание условий для социального, культурного, профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что традиционные танцевальные жанры: народный танец, историко-бытовой, классический преподносятся в современном стиле, учитывая тенденции хореографии.

Искусство хореографии обладает огромными возможностями для духовного и физического развития личности. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка и имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории, ибо каждый народ имеет свои танцы, в которых отражены его душа, его история, обычаи и характер.

Хореография не только учит понимать и создавать прекрасное, но и развивает образное мышление, фантазию, воображение. Используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Отличительные особенности и новизна

Программа способствует развитию психофизиологического аппарата ребенка, приобретению хореографических, пластических, актерских навыков. Обеспечивает создание условий для социального, культурного, профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка.

Занятия построены с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка и направлены на поддержку интересов и развитие умений и навыков. Образовательный учебный процесс рассчитан на обучение детей дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Новизна образовательной программы в том, что, осваивая базовые танцевальные навыки, воспитанники не только приобщаются к хореографическому искусству, но и развитию в себе художественного вкуса и любви к прекрасному. Формируют потребность к культуре движений, оптимальному физическому развитию, здоровому образу жизни, расширяют знания о различных видах и направлениях танцевального искусства.

Знания, полученные при изучении программного материала, создают условия для развития личности ребенка, его творческих способностей, формируют навыки и умения для самосовершенствования, самоконтроля, самопознания, оптимизма.

Адресат программы

Данная программа ориентирована на обучение в возрасте от 6 до 17 лет. Комплектование групп проводится с учетом индивидуальных способностей и потребностей обучающихся с учетом возрастной категории воспитанников.

Объем программы

Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию программы «В ритме танца» составляет: в первый год обучения-144час. (в неделю – 2 занятия по 2 академических часа). Со второго по седьмой годы обучения по 216 часов в год. (в неделю 3 занятия по 6 академических часов).

Формы обучения

Форма обучения: очная, с возможностью дистанционного обучения. Формы организационной деятельности: групповая и коллективная, возможно индивидуальное обучение.

Методы обучения

Методы организации образовательного процесса по источнику получения знаний:

- словесные (рассказ, объяснение, беседа, инструктаж)
- наглядные (демонстрация, показ, просмотр)
- практические (упражнения, самостоятельные и практические работы, импровизация, конкурсы, зачеты)
- игровые

Типы занятий

- теоретический
- практический
- контрольный
- репетиционный

Формы проведения занятий

- игра
- импровизация
- этюд
- беседа
- репетиция
- изучение основ хореографического мастерства
- мастерская костюма, декораций
- ансамблевые занятия
- постановка концертных номеров
- посещение концерта, выставки
- экскурсия
- творческая встреча
- концерт
- праздник
- фестиваль

Выбранные формы занятий позволяют максимально отработать практические навыки и способствуют подготовке воспитанников к выступлениям.

Сроки освоения программы

Исходя из содержания программы «В ритме танца» предусмотрены следующие сроки освоения программы обучения:

- 36 недель в год
- 9 месяцев в год
- всего 7 лет

Режим занятий

Занятия проходят с периодичностью в первый год обучения – два раза в неделю по два часа продолжительностью 30 минут с перерывом 10 минут, начиная со второго по седьмой год обучения – три раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью 45 мин. с пятиминутным перерывом.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для выявления творческих, коммуникативных и социальных компетенций воспитанников и развитие их активности через осознанное отношение к музыке, к эмоционально-динамическому осмысливанию движений в танце средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

обучающие:

- научить воспитанников элементам танца различных стилей: классического, историко-бытового, народного и современного;
- обучить составлению различных комбинаций;
- развить образное мышление и фантазию, умение передать образ в танцевальном движении;
- сформировать навыки участия в коллективной репетиционной работе и концертной деятельности

воспитательные:

- воспитать чувство ответственности за коллектив при совместной работе;
- воспитывать художественный вкус и культуру исполнительского мастерства;
- формировать навыки творческого самовыражения;
- воспитывать активную гражданскую позицию, патриотизм и равнодушное отношение к жизни;
- развивать эмоционально-волевую сферу обучающихся;
- воспитывать культуру поведения, способность к сопереживанию, доброту и отзывчивость;
- воспитывать умение доводить начатое дело до конца;
- воспитывать чувство уважения к результатам труда своего и партнера;
- способствовать повышению духовного и нравственного развития;
- способствовать воспитанию важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, мышления, быстроты и координации;
- формировать потребность в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья

развивающие:

- формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству;
- развивать навыки сценического поведения и исполнительства;
- развивать коммуникативные умения и лидерские качества;
- развивать двигательные функции, гибкость, подвижность, координацию движений, пластичность, силу и выносливость;
- развивать творческое воображение, фантазию, образное восприятие и креативность мышления.

Содержание программы

Учебный план

Учебные занятия направлены на развитие танцевальных и музыкальных способностей детей. Занятия состоят из теоретической и практической частей. Теоретическая часть включает краткие сведения о танцевальных стилях, экскурс в историю хореографии. Практическая часть работы направлена на получение практических танцевальных навыков и умений, развитие образного мышления и фантазии, умение передать музыку и образ в танцевальном движении.

На основе базисного плана, который является прерогативой образовательного учреждения, часы вариативной части используются на получение

дополнительного объема знаний на занятиях: ансамбля, сценической практики, творческих занятиях. Количество учебных часов составляет 144 ч. – первый год обучения, 216 ч. – со второго года обучения и до окончания обучения.

Учебно-тематический план 1-го года обучения

Разделы программ	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1. Введение в программу Вводное занятие	1	–	1ч.
2. Азбука музыкального движения, пластика, общефизическая подготовка	5	31	36ч.
▪ музыкальный размер, темп, ритм, такт, затакт	2	2	4
▪ правила перестроения, марш	–	2	2
▪ постановка корпуса, головы, рук, стоп	1	3	4
▪ пространственные движения «линия танца»	–	1	1
▪ элементы аэробики	–	2	2
▪ бег, прыжки	–	4	4
▪ партерная гимнастика	1	9	10
▪ акробатика	1	4	5
▪ пластические этюды	–	2	2
▪ массовые музыкально-танцевальные игры	–	2	2
3. Основы хореографии	6	26	32ч.
Элементы классического танца:			
▪ танцевальная терминология	1	–	1
▪ классический экзерсис	1	9	10
▪ повороты на месте, по диагонали и прыжки	–	4	4
Элементы историко-бытового танца:			
▪ историческая справка	1	–	1
▪ поклон, па польки, па галопа	1	1	2
▪ основные шаги менуэта, полонеза			
Элементы народного танца:			
▪ характерные особенности русского танца.	1	1	2
▪ разучивание основных движений русского танца	1	11	12
4. Особенности современной хореографии	1	23	24ч.
▪ упражнения на разогрев мышц;	–	8	8
▪ разучивание танцевальных комбинаций	–	8	8
▪ элементы бального танца:			
▪ основные шаги, работа корпуса, рук, «медленный вальс», «ча-ча-ча»	1	7	8
5. Постановочно – репетиционная работа	–	39	39ч.
6. Организационно-массовая работа Конкурсы, концерты	4	8	12ч.
Итого:	17	127	144ч.

Программа 1-года обучения (144 часа)

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, где изучаются следующие дисциплины:

1. Вводное занятие

Теория: «Знакомство с понятием «хореография и экскурс в историю зарождения танца».

- введение в программу, постановка целей и задач
- беседа по технике безопасности на занятиях

2. Азбука музыкального движения, пластика, общефизическая подготовка

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно).

Музыкальный размер 4/4, 3/4, 2/4. Правило и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов. Изучение упражнений на развитие гибкости и растяжки. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Особенности музыки – марши, вальсы медленные и быстрые. Общая и специальная физическая подготовка.

Практика: Музыкально – пространственные упражнения: шаг в темпе и музыки – на месте, вокруг себя, вправо, влево. Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно, продвижение по кругу, звездочка, конверт. Танцевальные шаги. Танцевальный бег. Подскоки. Боковой галоп. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Основная часть

- изучение комплекса упражнений на развитие силы, ловкости, выносливости;
- приобретение выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации;
- элементы аэробики (колесо, переворот);
- упражнения на исправление осанки;
- основные элементы «мостик», «коробочка», «березка»;
- наклоны вперед в положении сидя, ноги сильно разведены в стороны;
- ряд упражнений для выполнения продольного и поперечного шпагата («лягушка», складочка, «кукла»).
- упражнения «волна», «пушинка», «кошка» (пластика рук).

3. Основы хореографии (классический, историко-бытовой, народный танец)

Теория. Что такое классический танец. Экзерсис – система упражнений в классическом танце. Знакомство с историей и традициями мировой хореографии. Русский танец – характерные особенности русского танца.

Практика. Постановка корпуса, позиции ног: I, II, III, V. Позиции рук: подготовительная, I, II, III. Demi-plie из I и VI позиции лицом к станку, позднее на середине зала. Battement-tendus из I и III позиции лицом к станку, позднее на середине зала.

Танцевально-тренировочные упражнения: постановка корпуса, головы. Упражнения для контроля и формирования осанки, упражнения для шеи, для рук, для плечевого пояса, для туловища, для ног. Бег. Прыжки.

Перечень танцевально-тренировочных упражнений:

- разучивание основного шага полонеза
- прослушивание музыкального материала
- разучивание основных движений русского танца
- переменный ход, шаг с точкой, шаг с выносом ноги вперед
- простые выстукивания
- «ковырялочка», «гармошечка»

4. Особенности современной хореографии –

Теория. Особенности современной хореографии. Методика выполнения упражнений на разогрев мышц тела. Общие сведения о балльных танцах.

Практика. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; упражнения на улучшение гибкости позвоночника; упражнения на улучшения гибкости коленного сустава. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава; эластичности мышц голени и стопы; упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; упражнения на исправление осанки. Упражнения по выбору педагога:

- разучивание танцевальных комбинаций в стиле «диско»;
- элементы рок-н-ролла;
- медленный вальс (основной ход);
- ча-ча-ча (основной ход).

5. Постановочная и репетиционная работа

6. Организационно-массовая работа

- работа над сценическим образом;
- постановка концертных номеров;
- отработка техники исполнения танца.

Планируемые результаты

К концу первого учебного года воспитанники должны:

- приобрести координацию слуховых и двигательных навыков
- знать, что такое такт и затакт, сильная доля, уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4
- развить чувство ритма и музыкальный слух, пластику тела и рук
- знать классический экзерсис, необходимый воспитанникам первого года обучения и уметь методически правильно его выполнять
- приобрести хорошую растяжку, благодаря партерной гимнастике, растяжке у станка, выполнять акробатические элементы (колесо, переворот)
- усвоить базовый разминочный комплекс
- уметь двигаться в характере и темпе музыки
- иметь представление о культуре поведения на сцене
- расширить свой кругозор о хореографии, посещая концерты различных хореографических коллективов города.

**Учебно-тематический план
2-го года обучения**

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1. Введение в программу Вводное занятие	2	–	2ч.
2. Основы ритмопластики и музыкально – танцевальная импровизация	4	24	28ч.
▪ повторение изученного в первый год обучения: постановка корпуса головы, стоп, рук, ритм-тренаж	1	1	2
▪ разучивание нового комплекса упражнений	1	5	6
▪ музыкальный размер, сильная и слабая доля	1	–	1
▪ ОФП	–	6	6
▪ партерная гимнастика	–	4	4
▪ гимнастика, акробатика	–	4	4
Музыкально-танцевальная импровизация:			
▪ понятие «жест», «поза»;	–	4	4
▪ понятия «художественный образ»	1	–	1
3. Основы хореографии	3	81	84ч.
Классический танец			
▪ классический экзерсис у станка	1	7	8
▪ классический экзерсис на середине	1	7	8
▪ классические этюды	–	4	4
Историко-бытовой и бальный танец			
▪ историческая справка	1	–	1
▪ элементы танцев и мини-композиции	–	5	5
Народный танец			
▪ продолжение изучения русского танца, вращения	–	10	10
▪ двойная веревочка, дробный шаг, шаг с каблучка	–	10	10
▪ составление танцевальных комбинаций	–	24	24
Современный танец			
▪ разминка	–	4	4

▪ партерный экзерсис	–	4	4
▪ составление танцевальных комбинаций	–	6	6
4. Постановочно-репетиционная работа	–	8	8ч.
5. Организационная работа	–	6	6ч.
6. Сценическая практика	1	87	88ч.
Построение и отработка танцевальных композиций			
▪ рисунок танца	–	86	86
▪ техника исполнения			
▪ синхронность движений			
Сценическая культура			
▪ правила поведения на сцене	1	1	2
▪ художественный образ			
Итого:	10ч.	206ч.	216ч.

Содержание программы 2-го года обучения (216 ч.)

1. Вводное занятие

Теория

Новые тенденции в развитии танцевальной культуры. Ознакомление воспитанников с репертуарным планом на новый учебный год. Правила техники безопасности на занятиях.

2. Основы ритмопластики, музыкально – танцевальная импровизация

Теория: Повторение изученного за первый год обучения. Расширение знаний о выразительных возможностях танца синхронность, артистичность. Изучение основ актерского мастерства.

Практика:

- правильная постановка корпуса, головы, рук, ног, стоп;
- новый комплекс упражнений для ритмопластики (ритм-тренаж);
- ОФП (специальные упражнения для мышц живота, на развитие гибкости, упражнения на растягивание мышц паховой области, работа со скакалкой);
- партерная гимнастика (укрепление мышц спины, брюшного пресса, выворотности стоп);
- гимнастика (мостик из положения, стоя, прогибы, колесо, шпагат продольный и поперечный, трамплинные прыжки);
- акробатика;
- самостоятельная работа над актерскими этюдами;
- понятия «художественный образ», актерское перевоплощение, мышечная память эмоциональная выразительность;
- импровизация на заданную музыку;
- сольные и массовые этюды: капли дождя, снежинка, цветок
- (рост), предать настроение, грусть, радость;

- выразительные возможности музыки (произведения разных жанров и стилей).

3. Основы хореографии

Теория. Тренировка суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава.

Историческая справка о салонных танцах XIX и начала XX века.

Продолжение изучения русского танца.

Классический танец.

Практика. Упражнения у станка.

- углубленное изучение классического экзерсиса по II, V, позициям у станка
- 1-й arabesque
- bettement releve lent
- passé
- grand bettement jete
- pas echappe
- port de bras
- этюд классический « Вальс цветов»

Бальный танец.

- миникомпозиция «Фигурный вальс»
- «Вальс-мазурка», «Чарлстон»
- «Латиноамериканские ритмы», «Самба»

Народный танец.

Продолжение изучения русского танца. Знакомство с танцами: «Кадриль», «Перепляс»:

- изучение движений: двойная веревочка, дробный шаг, бегунок, каблучные движения, ключ
- составление композиций, этюдов

Современный танец

Теория: Особенности современной хореографии и особенности танца на эстраде. Спортивный танец. Направление современного танца.

Практика:

- понятие мышечного напряжения, расслабление
- движения на координацию
- специальные упражнения – движения головы, плеч, бедер, корпуса
- джаз-разминка: пружина, скольжение, променада, пульсар,
- кик с перескоком, шассе с перескоком
- повторение разминки в стиле «диско»
- стиль «модерн»
- элементы хип-хопа

Постановочно-репетиционная, организационная работа

Формы работы:

- постановка концертных номеров;

- отработка техники исполнения танцев;
- развитие артистичности.

Сценическая практика и сценическая культура

4. Планируемые результаты

К концу второго года обучения дети должны понять, что любой танец – есть эмоциональное пластическое выражение музыки, а также:

- приобрести навыки осмысленности и выразительности исполнения движений;
- развить в себе художественный вкус, общую и музыкальную культуру;
- развить и закрепить хореографические навыки ритмопластики, классического экзерсиса;
- пополнить свои знания о русском балете, о танцевальном искусстве различных эпох, национальных традициях славянских народов;
- умело владеть своим телом (развитое мышечное чувство, гибкость и пластичность);
- уметь самостоятельно работать над актерскими этюдами, быть «в образе»;
- хорошо ориентироваться на сцене;
- правильно передавать в танце характер музыки.

Учебно-тематический план 3-го года обучения

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол–во часов
1.Введение в программу Вводное занятие	2	–	2ч.
2.Основы ритмопластики, музыкально -танцевальная импровизация.	–	16	16ч.
▪ повтор изученного во второй год обучения	–	2	2
▪ слышать ритмический рисунок мелодии с помощью определенных упражнений	–	2	2
▪ ОФП	–	4	4
▪ партерная гимнастика	–	4	4
▪ акробатика	–	4	4
3.Основы хореографии.	3	81	84ч.
▪ повтор изученного во второй год обучения	–	2	2
▪ классический танец; ▪ экзерсис	–	32	32
▪ народно-сценический танец	–	32	32
▪ бальный танец	–	4	4
Музыкально-танцевальная импровизация;		2	2
▪ эмоциональное состояние с помощью движений;	1	3	4
▪ самостоятельная работа – составление танцевальных комбинаций;	1	3	4
▪ тренинг мимики лица «Развитие мышц лица»	1	3	4
4.Современный танец.	–	18	18ч.
▪ ритмическая разминка	–	6	6
▪ партерный станок	–	6	6
▪ составление танцевальных комбинаций	–	6	6
5.Постановочно-репетиционная и организационная работа.	–	32	32ч.
6.Сценическая практика		62	64ч.
Отработка и построение танцевальных композиций			
▪ рисунок танца, техника исполнения ▪ синхронность	–	32	32
Сценическая культура ▪ правила поведения на	2	16	18

сцене ▪ сценическое движение			
Работа с солистами	–	2	2
Составление композиций с одаренными воспитанниками	–	12	12
Итого:	7	209	216ч.

Содержание программы 3-го года обучения (216ч.)

1. Вводное занятие. Новые тенденции в развитии современной хореографии, правила техники безопасности на занятиях, режим работы коллектива.

2. Основы ритмопластики, музыкально – танцевальная импровизация

Теория. Повтор упражнений второго года обучения, но в более быстром темпе и более сложных комбинациях.

Продолжить развивать в детях следующие умения и навыки: слышать ритмический рисунок мелодий, осознавать средства музыкальной выразительности с помощью определенных упражнений.

Продолжить развивать зрительную, слуховую, мышечную и вестибулярную чувствительность, занимаясь общефизической подготовкой.

Развитие артистизма у детей в хореографических коллективах. Цель – научить детей владеть мимикой лица, добиться того, чтобы ребенок мог передавать с помощью движений свое эмоциональное состояние, чувства, переживания.

Практика

Ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество.

- шаг, бег, подскоки, движения «в образе» (характер животных, людей, растений);
- партерная гимнастика (упражнения для выработки здоровой осанки,
- укрепление мышц спины, брюшного пресса, растяжка в шпагате продольном и поперечном;
- «лодочка», «корзиночка», «лягушка», «мостик» из положения, стоя,
- колесо, трамплинные прыжки;

Великое мастерство достигается силовым тренажем.

Бытовые проявления чувств отличаются от сценических. В быту наши чувства и соответствующее выражение лица проявляются для себя или для людей, близко нас окружающих. В сценическом варианте то или иное выражение лица предназначено для зрителя, находящегося как в 1-м, так и в последнем ряду. Поэтому оно должно быть ярче, выразительнее. Здесь в помощь вступает также искусство грима. Ярким красивым выражениям лица детей нужно научить – это опять тренировка. Необходим тренинг мимики лица.

Программа «Развитие мышц лица». Разминка:

Каждое движение используется по 16 раз и под музыку.

Нижняя челюсть – одна из самых подвижных частей лица:

- движение из стороны в сторону;
- движение вперед и в себя, оттягивание вниз;

- сжатие зубов;
- зажать челюсти и пошевелить жевалками.

Губы:

- зажать верхними зубами нижнюю губу;
- зубами нижней челюсти зажать верхнюю губу;
- поджать 2 губы в ниточку, поцелуй;
- нижней губой постараться дотянуться до носа;
- то же самое двумя губами;
- в этом положении пошевелить вверх и вниз, из стороны в сторону.

Щеки:

- надуть поочередно то одну, то другую щеку, надуть две щеки;
- втянуть две щеки.

Нос:

- сморщить и расслабить;
- приподнимание ноздрей по очереди.

Веки:

- нервный тик;
- моргнуть 2-мя глазами;
- моргать поочередно.

Глаза – одно из выразительных средств лица:

- закатить вверх и опустить вниз;
- движение из стороны в сторону;
- движения по кругу в одном и в другом направлении;

Брови:

- поднять вверх;
- опустить вниз.

Увеличивается темп и усложняется координация.

Маски:

Надо добиться выразительного лица.

Радостная, улыбчивая

- рот растянуть в улыбку, губы и зубы приоткрыты, глаза широко открыты.

Удивление:

- нижняя челюсть оттягивается вниз, рот раскрывается буквой «о» до отказа, брови поднимаются вверх, глаза раскрываются изо всех сил.

Испуг:

- голова втягивается в плечи, глаза сильно зажмуриваются, губы поджимаются.

Плач:

- этот вид маски можно проучить как живое лицо без голоса.

Кокетство:

- голова слегка наклонена или повернута, губы поджаты, глаза смещены до отказа вверх или вниз.

Ненависть:

- губы и зубы сжаты, голова наклонена вперед, глаза смотрят исподлобья.

Маски проучиваются на музыкальной основе.

Одну музыкальную фразу удерживают маску, другую отдыхают. Постепенно увеличиваем скорость возникновения и исчезновения маски. В партерной гимнастике: одно упражнение делаю с улыбкой, другое – с грустью. В станке:

батман тандю – злое, а фондю – застенчивое. На середине комбинации с разными масками. Движения должны соответствовать той или иной маске.

Живое лицо:

Не нужно забывать про корпус, руки, голову и лицо.

Занятия мышцами лица обогатят исполнительское мастерство детей.

Входя в различные роли и образы, артист ежедневно работает над мимикой своего лица, тренируя этим мышцы, а, как известно, тренированные, сильные мышцы красивее дряблых и слабых. Хорошим средством развития артистизма являются этюды на воображение, развивается фантазия и наблюдательность.

3. Основы хореографии

Теория. Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности – однонаправленные, одновременные (ног, рук). Последовательность и расклад движений на элементы. Критерии исполнительской деятельности наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актерской выразительности.

Повторение изученных комбинаций историко-бытового и бального танца.

Повторение комбинаций народного танца.

Практика

Классический танец

Элементы классического экзерсиса (продолжение изучения). Помимо движений, предложенных на первом и втором этапах обучения у станка и на середине зала, дополнительно изучаются следующие элементы: grand plie, petit battement sur le con-de-pirouette по V, II позиции, tombee на месте и с продвижением.

Экзерсис (battement fondu, battement frappe, battement developpe) выполняются на полупальцах.

Все движения классического экзерсиса выполняются на середине зала, как en fas, так и в позах. Добавляется изучение: pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением tour chaine, pas de bourre.

Постановка классических этюдов на музыку П. И. Чайковского.

Народный танец

Элементы народно-сценического экзерсиса:

- 1) demi-plie, grand-plie по всем позициям (и по IV невыворотной);
- 2) battement tendu с сокращением стопы, с переводом стопы на каблук – носок – каблук как на вытянутой ноге, так и с приседанием;
- 3) каблучные движения – выведение ноги на каблук на demi – plie через не большое developpe с отрывом опорной пятки от пола;
- 4) flic-flac (мазки свободной ногой по полу);
- 5) rond de jambe par terre с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией на con-de-pied сзади на вытянутой ноге и на demi-plie.

Середина:

- выстукивание в русском характере;
- изучение каблучных движений;
- ключ, подбивки, перестук;
- вращение с угла; вращение с дробью.

Разучивание русского танца:

- хоровода;
- кадрили;

- пляски;
- перепляса.

Бальный танец

Изучение композиции «Фигурный вальс»;

Стандарт: мини-композиции медленного вальса.

Латиноамериканские танцы: мини-композиции джайв и ча-ча-ча.

Современный танец

Теория: История развития танца джаз.

Элементы джаз-танца. Разученные ранее соединения однонаправленных движений усложняются за счет вовлечения 3-х или более центров с движениями рук, перемещением на простых или приставных шагах, подскоках, шассе.

Упражнения усложняются также за счет введения оппозиционного направления движения различных частей тела.

Практика:

- наклон головы назад, бедра вывести вперед и наоборот;
- наклоны головы вправо-влево с покачиванием бедер влево – вправо и наоборот.
- руки во II позиции, кисти двигаются вверх, вниз, бедра вперед, назад, наклоны головы вправо-влево и др.
- использование принципа последовательной координации (движение головой вызывает движение плеч, затем рук, корпуса)
- спираль, волна.
- танцевальные композиции: уголки, сброс плеч, равновесие вперед, назад.

5. Постановочная и репетиционная работа

Составление композиций. Отработка танцевальной программы.

6. Сценическая практика

Предполагаемые результаты

К концу третьего учебного года воспитанники должны:

**Учебно-тематический план
4-го года обучения**

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол–во часов
1.Введение в программу Вводное занятие	2	–	2ч.
2.Основы ритмопластики, музыкально -танцевальная импровизация.	–	16	16ч.
▪ повтор изученного в третий год обучения	–	2	2
▪ слышать ритмический рисунок мелодии с помощью определенных упражнений	–	2	2
▪ ОФП	–	8	8
▪ акробатика	–	4	4
3.Основы хореографии	3	81	84ч.
▪ повтор ранее изученного	–	2	2
▪ классический танец; ▪ экзерсис	–	32	32
▪ народно-сценический танец и элементы стилизованного танца	–	32	32
▪ бальный танец	–	4	4
Музыкально-танцевальная импровизация;		2	2
▪ эмоциональное состояние с помощью движений;	1	3	4
▪ самостоятельная работа – составление танцевальных комбинаций;	1	3	4
▪ тренинг мимики лица «Развитие мышц лица»	1	3	4
4.Современный танец	–	18	18ч.
▪ ритмическая разминка	–	6	6
▪ партерный станок	–	6	6
▪ составление танцевальных комбинаций	–	6	6
5. Постановочно – репетиционная и организационная работа	–	32	32ч.
6. Элементы гимнастики		16	16ч.

7.Сценическая практика		46	48ч.
Отработка и построение танцевальных композиций ▪ рисунок танца, техника исполнения ▪ синхронность	–	32	32
Сценическая культура ▪ правила эстетики на сцене ▪ художественный образ	2	2	4
Составление композиций с одаренными воспитанниками	–	12	12
Итого:	7	209	216ч.

Содержание программы 4-го года обучения (216ч.)

Теория

Закрепление изученного материала. Грамотное применение французской терминологии для обозначения элементов и движений классического экзерсиса. Закрепление выработанного умения четко разделять классическую комбинацию на элементы. Необходимо добиваться сознательного выполнения движений, чистоты и точности приемов, самоконтроля учащихся за мышечным напряжением и координации движений.

Практика

- 1) Grand plie с port de bras.
- 2) Battement tendu jete pice.
- 3) Rond de jambe par terre на 45° en dehor's et en dedan's на полупальцах на demiplier.
- 4) Double battement fondu.
- 5) Double battement frappe.
- 6) Grand battement jete.
- 7) Растяжка.

Треть предложенных упражнений выполняется на середине зала. При выполнении сложных комбинаций особое внимание уделяется равновесию. Продолжается работа над изученными ранее прыжками, их выполнение и в более сложных комбинациях. При исполнении прыжковых элементов обращается особое внимание на координацию рук, головы и корпуса.

Элементы народно-сценического и стилизованного танца

Закрепление изученного фактического материала. Необходимо работать над тем, чтобы движения народно-сценического танца, подкрепленные исполнительской техникой классического танца, обретали большую виртуозность, пластичность, силу, благородство, образность и характерность художественного выражения. Развитие стилизованного народного танца в сюжетном исполнении.

Современный эстрадный танец.

В основу современных эстрадных направлений входят различные разминки: на середине зала, партерная гимнастика (на ковриках) с элементами йоги, стретчинг,

пилатес, дискоразминка по диагонали. Изучение прыжков высокой сложности, работа над выразительным и музыкальным исполнением в танце. Развитие сценической, концертной формы танца для дуэтов и сольных номеров. Участие в конкурсах и фестивалях регионального и международного уровня.

Основы современной хореографии.

Основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр.

Основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4.

- Изолированная работа головы в положении стоя.
- Изолированная работа плеч в положении стоя.
- Изолированная работа рук в положении стоя.
- Изолированная работа грудной клетки в положении стоя.
- Изолированная работа бедер в положении стоя.
- Изолированная работа ног, стоп в положении стоя.
- Акробатические упражнения: колесо, переворот, вперед на одну, переворот назад на одну и переворот вперед через мост.
- Шпагаты и махи.
- Пируэты: карандаш, джаз – пируэт, фуэте, тур – пик.
- Стретчинг и релакс.

Элементы гимнастики

Теория

Знакомство с техникой безопасности при выполнении элементов акробатики.

Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера.

Практика

Упражнения: стойка на лопатках с согнутыми и прямыми ногами – «березка», «Складка из березки» с прямыми ногами, в «разножке», «стойка на руках»,

Подготовительные упражнения для укрепления мышц рук «бег на руках», «министойка», упражнение «колесо» (на месте, в продвижении). Комбинации «колесо» вперед-назад, упражнения: складки «книжка» из положения сидя, стоя, лежа, складки в шпагате «веревочка», складки в «разножке», упражнения «кувырок» (вперед), «кувырок» (назад), комбинации кувырков (вперед-назад). Выход в «кувырок» из «березки» через «складку».

Уровни по горизонтали и вертикали

Теория

Лекция о расположении тела танцора относительно земли. Основные виды уровней:

стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.

Акробатические уровни: шпагаты, мост, стойка на руках, стойка на лопатках (березка), колесо. Техника передвижения танцора по горизонтали и вертикали.

Практика

В различных уровнях выполняются упражнения на изоляцию (в нижних уровнях).

В партере выполнение упражнений стретч-характера, т. е. растяжки. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

Варианты уровней

«Стоя»:

- а) верхний уровень (на полупальцах);
- б) средний уровень (на всей стопе);
- в) нижний уровень (колени согнуты).

«На четвереньках»:

- а) опора на руках и коленях;
- б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;
- в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

«На коленях»:

- а) стоя на двух коленях;
- б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений.

«Сидя»:

- а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе);
- б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед);
- в) вторая позиция (ноги разведены в стороны);
- г) четвертая позиция или swastic;
- д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой);
- е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно);
- ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);
- з) сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).

Пятая позиция ног в положении сидя – два варианта

- а) колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами).
- б) pinch – позиция, когда одна нога находится перед другой, но голень, т. е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу.

Лежа:

- а) на спине;
- б) на животе;
- в) на боку.

3. Специальная танцевально-художественная работа.

Эта работа включает в себя постановочно-репетиционную работу над теми концертными номерами, которые будут представлены в итоговом концерте.

Предполагаемые результаты

К концу четвертого учебного года воспитанники должны:

- владеть терминами «танцевальный рисунок», «центральная линия», «попурри»,
- «импровизация»;
- строиться в «карусель» и двигаться по часовой стрелке, соблюдая интервалы
- выполнять разные виды перестроения «до-за-до»;
- составлять небольшую комбинацию из простых танцевальных движений;
- правильно исполнять элементы русского танца: «моталочка», «припадание», «простые дробные выстукивания», «простой ключ»;

- технически правильно и эмоционально выразительно исполнять основные
- элементы джаз-танцев;
- понимать ценность человеческой жизни и здоровья;
- ориентироваться в танцевальных стилях: классический танец, народный танец,
- бальный танец, современные направления;
- импровизировать в свободном стиле под современную музыкальную композицию;
- пользоваться правилами бального этикета;
- понимать влияние исторических и национальных особенностей на культуру времени, осознавать взаимопроникновение и взаимообогащение различных культур;
- чувствовать своё тело, тренировать координацию движений;
- результативно работать в парах, малых группах, в ансамбле, соотносить свои действия с действиями педагога, партнёра, других участников студии;
- прилагать усилия (физические, волевые) для достижения успешного результата;
- справляться с волнением во время публичных выступлений;
- последовательно перестраиваться в различные рисунки и фигуры по ходу исполнения концертного номера;
- выполнять танцевальные композиции технически правильно и эмоционально выразительно.

Учебно-тематический план 5-го года обучения

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол–во часов
1.Введение в программу Вводное занятие	2	–	2ч.
2.Основы ритмопластики, музыкально -танцевальная импровизация.	–	16	16ч.
▪ повтор изученного	–	4	4
▪ ОФП	–	4	4
▪ партерная гимнастика	–	4	4
▪ акробатика	–	4	4
3.Основы хореографии.	3	81	84ч.
▪ повтор изученного	–	2	2
▪ классический танец; ▪ экзерсис	–	32	32
▪ народно-сценический танец	–	32	32
▪ бальный танец	–	4	4
Музыкально-танцевальная импровизация		2	2
▪ эмоциональное состояние с помощью движений	1	3	4
▪ самостоятельная работа – составление танцевальных комбинаций	1	3	4
▪ тренинг мимики лица «Развитие мышц лица»	1	3	4
4.Современный танец.	–	18	18ч.
▪ ритмическая разминка	–	6	6
▪ партерный станок	–	6	6
▪ составление танцевальных комбинаций	–	6	6
5.Постановочно – репетиционная и организационная работа.	–	32	32ч.
6.Сценическая практика		62	64ч.
Отработка и построение танцевальных композиций			
▪ рисунок танца, техника исполнения ▪ синхронность	–	32	32
Сценическая культура			
▪ правила поведения на сцене	2	2	4

■ сценическое движение ■ художественный образ			
Работа с солистами	–	18	18
Составление композиций с одаренными воспитанниками	–	10	10
Итого:	7	209	216ч.

Содержание программы 5-го года обучения (216ч.)

1. Вводное занятие
2. Учебно-тренировочная работа

Теория.

Epaulement. Эстетика, логика и техника смены epaulement (croisse, effasee).

Координация рук, ног и головы в движении.

Практика.

Классический танец

(Выполняются возле станка)

- Demi et grand plie, I, II, V позиции, 3/4.
- Battement tendu, V позиция, 2/4.
- Battement jete, V позиция, 2/4.
- Rond de jambe par terre en dehor's et an dedan's, I позиция, 3/4.
- Battement frappe, V позиция, 2/4 — начинают изучать только после того, как учащиеся освоят положение ноги sur le cou-de-pied (условное и обхватное — на изучение этого положения отводится полтора месяца).
- Battement tendu jete pice, V позиция, 2/4.
- Battement releve lent на 45°, V позиция, 3/4.
- Pas de bourree с переменной ног лицом к станку, 2/4.
- Перегибы корпуса, 3/4.
- Растяжка, 3/4.
- Grand battement jete, V позиция, 2/4.
- Releve из всех позиций, 2/4.

Народный танец

1. Экзерсис у станка

- Маленькие и большие приседания в украинском характере (с припаданием)
- Носок-каблук в белорусском характере (включается в работу рука)
- Маленькие броски в итальянском характере (включаются в работу руки)
- Каблучное (маленькое и большое)
- Круги ног в русском характере с переходом по 2 и 3 позициям, перегибы корпуса
- Веребочка в венгерском характере
- Растяжка и перегибы корпуса (лицом к станку)
- Выстукивания в испанском характере
- Большие броски (венгерский характер)

2. Комбинации на середине зала

- Веребочка в русском характере (простая, синкопированная, с выносом ноги на каблук, с разножкой, двойная, косыночка)
- Выстукивания в русском характере

- Этюды
- Этюд в молдавском характере
- Этюд в венгерском характере
- Этюд в русском характере «Смоленский гусачок»
- Этюд в русском характере «Русский сувенир»
- Этюд в польском характере «Мазурка»

Современный и балльный танец.

Разучивание концертных номеров в стиле «модерн-джаз», «хип-хоп». «Краковяк», «Разрешите пригласить».

Предполагаемые результаты

К концу пятого года обучающиеся должны владеть следующими навыками:

- знать специальную терминологию современного танца в рамках предложенной Программы;
- основные школы, техники, стили современной хореографии;
- особенности постановки корпуса, рук, ног и головы;
- основные элементы и движения стилей современного танца;
- уметь исполнять движения и элементы современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- работать самостоятельно и в коллективе;
- владеть хорошей хореографической формой, развитой мускулатурой (мышечная сила и выносливость), готовностью дальнейшему саморазвитию, чувством ответственности, самостоятельности.

Учебно-тематический план 6-го года обучения

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол–во часов
1.Введение в программу Вводное занятие	2	–	2ч.
2.Основы ритмопластики, музыкально -танцевальная импровизация.	–	16	16ч.
▪ повтор изученного во второй год обучения	–	4	4
▪ ОФП	–	4	4
▪ партерная гимнастика	–	4	4
▪ акробатика	–	4	4
3.Основы хореографии.	3	81	84ч.
▪ повтор изученного	–	2	2
▪ классический танец (экзерсис)	–	32	32
▪ народно-сценический танец	–	32	32
▪ бальный танец	–	4	4
Музыкально – танцевальная импровизация		2	2
▪ эмоциональное состояние с помощью движений	1	3	4
▪ самостоятельная работа – составление танцевальных комбинаций	1	3	4
▪ тренинг мимики лица «Развитие мышц лица»	1	3	4
4.Современный танец.	–	18	18ч.
▪ ритмическая разминка	–	6	6
▪ партерный станок	–	6	6
▪ составление танцевальных комбинаций	–	6	6
5.Постановочно – репетиционная и организационная работа.	–	32	32ч.
6.Сценическая практика/концертная деятельность		62	64ч.
Отработка и построение танцевальных композиций			
▪ рисунок танца, техника исполнения	–	32	32
▪ синхронность			

Сценическая культура	2	2	4
Работа с солистами	–	16	16
Составление композиций с одаренными воспитанниками	–	12	12
Итого:	7	209	216ч.

Содержание программы 6-го года обучения (216ч.)

1. Вводное занятие.
2. Учебно-тренировочная работа

Теория

Культура движения рук. Выразительность, техника-форс в прыжках и вращениях, эстетика рисунка и закономерность переходов рук из одного положения в другое. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различных ракурсах. Законы общей координации движений ног, корпуса, головы, рук. Законы равновесия — эстетика и техника.

Практика

Классический танец

Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, в более сложных и разнообразных комбинациях.

В упражнения вводятся маленькие позы effasee at croisee, повороты на двух ногах на 180°.

- Demi et grand plie по всем позициям, 3/4.
- Battement tendu, V позиция, 2/4.
- Battement jete, V позиция, 2/4.
- Rond de jambe par terre en dehor's at en dedan's на 90°, I позиция, 3/4.
- Double battement frappe, V позиция, 2/4.
- Rond de jambe en l'air, V позиция, 3/4.
- Battement soutenu носком в пол, 3/4.
- Battement developpe, V позиция, 3/4.
- Перегибы корпуса, 3/4.
- Растяжка, 3/4.
- Grand battement jete, V позиция, 2/4.
- Releve из всех позиций, 2/4.

Прыжки

Прыжки, изученные в предыдущие годы обучения, также исполняются и в пятом году

обучения, но в более сложных комбинациях. Дополнительно:

- Pas glissade.
- Pas echappe на одну ногу.
- Pas assemble.
- Sissone simple.
- Pas jete.

Народный танец

Теория. Общая характеристика болгарского танца, венгерского народного танца. Элементы народно-сценического танца.

Танцевальные традиции болгар и венгров, национальные костюмы.

За первые четыре года обучения были изучены основные движения русского, молдавского, украинского танцев. На пятом году обучения продолжается работа над этими элементами, но в более сложных комбинациях и рисунках. Добавляются:

1. Основные движения и ходы болгарского танца.

2. Основные движения и ходы венгерского танца.

Все движения и комбинации народно-сценических танцев не изучаются отдельно, «всухую», работа идет лишь над теми комбинациями, которые будут использованы в хореографических постановках, запланированных педагогом.

Историко-бытовой танец

Вальс. История возникновения танца. Особенности исполнения. Основные фигуры вальса. Основные шаги и ходы вальса.

Мазурка. История возникновения танца. Особенности исполнения. Основные движения мазурки:

- Парадное па.
- Легкий бег.
- «Хромой шаг».
- «Голубец» и др.

Основные фигуры бальной мазурки.

Силовые упражнения и акробатические элементы

Специальная танцевально-художественная работа.

Эта работа включает в себя постановочно-репетиционную работу, планируемую педагогом-хореографом на год.

Предполагаемые результаты

К концу шестого года обучающиеся должны владеть следующими навыками:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренировке классического танца и разучивании хореографического произведения;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

Учебно-тематический план 7-го года обучения

Содержание и виды работы	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1.Введение в программу Вводное занятие	2	-	2ч.
2.Основы ритмопластики, музыкально -танцевальная импровизация.	-	16	16ч.
▪ повтор изученного во второй год обучения	-	2	2
▪ слышать ритмический рисунок мелодии с помощью определенных упражнений	-	2	2
▪ ОФП	-	4	4
▪ партерная гимнастика	-	4	4
▪ акробатика	-	4	4
3.Основы хореографии.	3	81	84ч.
▪ повтор изученного во второй год обучения	-	2	2
▪ классический танец; ▪ экзерсис	-	32	32
▪ народно-сценический танец	-	32	32
▪ бальный танец	-	4	4
Музыкально – танцевальная импровизация;		2	2
▪ эмоциональное состояние с помощью движений;	1	3	4
▪ самостоятельная работа – составление танцевальных комбинаций;	1	3	4
▪ тренинг мимики лица «Развитие мышц лица»	1	3	4
4.Современный танец.	-	18	18ч.
▪ ритмическая разминка	-	6	6
▪ партерный станок	-	6	6
▪ составление танцевальных комбинаций	-	6	6
5.Постановочно-репетиционная и организационная работа	-	32	32ч.
6.Сценическая практика/концертная деятельность		62	64ч.
Отработка и построение	-	32	32

танцевальных композиций ▪ рисунок танца, техника исполнения ▪ синхронность			
Сценическая культура ▪ правила поведения на сцене ▪ сценическое движение ▪ художественный образ	2	2	4
Работа с солистами	-	16	16
Составление композиций с одаренными воспитанниками	-	12	12
Итого:	7	209	216ч.

Содержание программы 7-го года обучения (216ч.)

1. Вводное занятие

2. Учебно-тренировочная работа

Элементы классического танца

Теория. Обобщение и закрепление полученных практических навыков и знаний. Выразительность и пластичность рук и корпуса, координация головы, рук и ног при исполнении классических комбинаций. Ускорение темпа музыкального сопровождения. Критерии исполнительской деятельности: наличие логичности движений, грамотности, музыкальности, актерской выразительности. Культура движения рук. Выразительность, техника-форс в прыжках и вращениях, эстетика рисунка и закономерность переходов рук из одного положения в другое. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различных ракурсах. Законы общей координации движений ног, корпуса, головы, рук. Законы равновесия –эстетика и техника.

Практика

(Выполняются возле станка)

Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, в более сложных и разнообразных комбинациях.

- Demi et grand plie.
- Battement tendu et battement tendu jete.
- Demi rond de jambe en dehoer's et en dedan's.
- Rond de jambe en Fair en dehoer's et en dedan's.
- Battement fondu c plie releve.
- Double battement frappe.
- Flic-flac.

(Выполняются на середине зала)

- Battement tendu c releve.
- Battement tendu jete pice.
- Rond de jambe terre en dedan's.

Прыжки.

Прыжки, изученные в предыдущие годы обучения, также исполняются и на седьмом году обучения в более сложных комбинациях.

Дополнительно:

- Pas echappe.
- Double assemble.
- Sissonne tombe.

Диагональ:

- Tour chaine.
- Tour-pique .

Элементы народно-сценического танца

Ранее были изучены все основные движения русского, молдавского, украинского, венгерского, болгарского танцев. В старших группах продолжается работа над этими движениями, но лишь над теми комбинациями, которые будут использованы в хореографических постановках, запланированных педагогом на учебный год.

На седьмом году обучения целесообразно больше внимания уделить отработке характера танца.

Дополнительно. Основные движения танца и ходы цыганского, еврейского танцев, а также элементы хореографии других народов — на выбор педагога.

Современный эстрадный танец

Продолжается работа над движениями, но лишь над теми комбинациями, которые будут использованы в эстрадно – хореографических постановках, запланированных педагогом на учебный год.

Основы современной хореографии

Основными задачами базового уровня обучения являются дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Многие упражнения усложняются, например, упражнения на изоляцию могут совершаться в полиритмии, вращения менять уровни, сочетаться с контактным взаимодействием.

На базовом уровне вводятся новые технические понятия:

- 1) Разогрев с использованием уровней.
- 2) Комплексы изоляций.
- 3) Сочетания различных ритмов во время движения.
- 4) Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя».
- 5) Упражнения стрэч-характера во всех положениях: «сидя», «лёжа», «стоя у станка».
- 6) Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
- 7) Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.
- 8) Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

«Разогрев»

- Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)
- Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэтч-характера, наклоны и твисты торса.
- Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

«Изоляция»

- Комплексы изоляций.

- Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.
- Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разно-ритмические комбинации, соединения с движениями других центров.
- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.
- Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.
- Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.
- Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

«Координация»

- Бицентриа: движение двух центров в параллель и оппозицию.
- Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.
- Трицентриа в параллельном направлении.
- Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках.
- Использование различных ритмов в использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентировано и резко.

«Упражнения для позвоночника»

- Соединение в комбинации движений, изученных ранее.
- Использование падений и подъёмов во время комбинаций.
- Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

«Уровни»

- Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса.
- Перемещение из одного уровня в другой.
- Упражнения стретч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

«Кросс. Передвижение в пространстве»

- Комбинации шагов, соединёнными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).
- Использование contraction и release во время передвижения.
- Вращение как способ передвижения в пространстве.
- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

«Комбинация или импровизация»

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков. Танцевальные комбинации в стиле различных направлений эстрадного танца.

Музыкальный материал зависит от построения урока. Для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера. Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю. В разделе «Упражнения для

позвоночника» возможны разные музыкальные размеры, но не стоит особо усложнять ритм. В разделе «Кросс» выбор музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач.

3. Специальная танцевально-художественная работа.

Эта работа включает в себя постановочно-репетиционную работу над репертуаром, запланированным педагогом на учебный год.

4. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

5. Концертная деятельность.

Предполагаемые результаты

К концу 7-го года обучающиеся должны овладеть следующими навыками:

- знание рисунка классического, народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов классических, народно-сценических танцев, современных танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

III.

1. Условия реализации программы

Педагогический контроль объединяет систематический, периодический, промежуточный, итоговый.

Систематический контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: наблюдение, анализ выполненного задания.

Периодический контроль проводится по окончании темы, здесь решается такая же задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и знания теоретической и практической части, этот вид контроля также выставляется зачет, добавляется анализ усвоения теоретического и практического материала (вслух проговаривается педагогом воспитаннику).

Промежуточный контроль осуществляется по итогам первого полугодия в декабре, задачами являются выявить уровень освоения учащимися программы за год, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части. Форма контроля: дифференцированный зачет, анализ, самоанализ, которые осуществляются в ходе открытого контрольного урока.

Итоговый годовой контроль проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

Формой контроля является просмотр и анализ, тестирование, отчет фиксируется в ходе участия в городских, областных конкурсах и фестивалях, в отчетных концертах объединения и учреждения.

2. Формы аттестации

Неотъемлемой частью образовательного процесса является диагностика результативности учебно-воспитательного процесса, творческого развития обучающихся и профессионального самоопределения воспитанников.

Показателями уровня образовательной результативности обучающихся являются:

- уровень ЗУН по образовательной программе;
- интерес к учебному материалу;
- самооценка профессиональных интересов;
- активность на занятии;
- полнота и качество выполненной работы;
- уверенность в себе, самостоятельность.

Мониторинг качеств воспитанников определяется по трем уровням:

- *оптимальный* – программный материал усвоен полностью, воспитанник имеет высокие результаты участия в массовых мероприятиях (концертах и конкурсах разного уровня);
- *достаточный* – усвоение программы практически в полном объеме, участвует конкурсах на уровне учреждения;
- *низкий* – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях;

Для определения уровня усвоения данной образовательной программы воспитанниками, её дальнейшей корректировки и определения путей достижения каждым ребёнком максимального творческого и личностного развития предусмотрена *аттестация обучающихся*.

Задачи итоговой аттестации:

- определение уровня практических умений и навыков детей;
- определение уровня усвоения теоретических знаний;
- выявление уровня развития личностных качеств детей;
- соотнесение прогнозируемых результатов, содержащихся в программе, с реальными результатами обучения в объединении;
- корректировка содержания программы, форм и методов обучения и воспитания.

Работа по аттестации воспитанников

Итоговый контроль – март-май. Проведение итоговой аттестации воспитанников в форме участия в концертах и конкурсах разного уровня, творческие отчёты.

Изначально танец – это коллективное творчество: от умения каждого исполнителя «слаженно» танцевать, зависит качество исполнения танца. То есть отношение в коллективе, умение слушать товарища, единство душ всех исполнителей – залог успеха любой хореографической постановки. Поэтому огромное значение я придаю объединению коллектива.

Воспитанникам хореографической студии, прошедшим полный курс обучения, усвоившим всё предусмотренное программой и прошедшим практику выдается Сертификат об окончании данного курса.

2. Методические рекомендации

Для успешной реализации программы будут проводиться беседы о технике исполнения танца, об эпохе и стиле, о смысловой нагрузке танцевальной комбинации.

Для развития творческих способностей одаренных детей в коллективе будет создаваться творческая обстановка, которая поможет преодолевать чувство скованности.

В основе занятий предусматривается возможность самостоятельно анализировать занятия, составлять танцевальные комбинации, подбирать движения в логической последовательности, создавать характерный рисунок в соответствии с музыкой.

Детям будет дана возможность проявить себя в свободной импровизации и фантазии при создании мини – композиции.

Технические средства обучения и оборудование

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- компьютер, колонки;
- коврики.

III. Список литературы

1. Базарова Н. Классический танец. Методика четвертого и пятого года обучения. – М., 2010.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Первые три года обучения. – Л., 2000.
3. Баланчин Д., Мэйсон Ф. Сто один рассказ о большом балете. – М., 2000.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб.: РЕСПЕКС, ЛЮКСЛ, 1996.
5. Беликова А.Н. «Бальные танцы» М. 1985г.
6. Богданов Г.Ф. Самобытность русского танца. Учебное пособие. Издание 2-е. М.: Изд-во Московского государственного университета культуры, 2003.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб., 2008.
8. Ванслов В. Статьи о балете. – М., 1980.
9. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 1987.
10. Власенко Г.Я. Русский танец Поволжья: Учебное пособие. Самара: Кн. из-во, 1996. – 132с.
11. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. – Самара, 1992.
12. Гогунев Е.Н., Мартынов Б.И. «Психология физического воспитания и спорта» М. 2000.
13. Джозеф С. Хавелер «Тело танцора» 2004г.
14. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей» 2003г.
15. Захаров Р. «Беседы о танце» М., 1963.
16. Захаров Р. «Сочинение танца» 1983г.
17. Зацепина. Народно-сценический танец. – М., 1981.
18. Иваницкий А.В., Матов В.В., Иванова А.Л., Шарбанов И.Н. «Ритмическая гимнастика» М., 1989.
19. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М., 1981.
20. Климов А.А. Русский народный танец. Учебное пособие М.: МГУК, 1996.
21. Колтановский А.П. Общеразвивающие и специальные упражнения. – М., 1973.
22. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л., 2000.
23. Красовская В.М. История русского балета. – Л., 1978.
24. Кузьмин А.И. У истоков русского театра. – М., 1984.
25. Линицкая Т.С. «Художественная гимнастика» М., 1982.
26. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992.
27. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца Л., "Искусство", 1939. – 187с. Москва Ленинград
28. Македонская И.В., Петрова Е.В. «Учебно-методическое пособие по актерскому мастерству» 1998г.
29. Матвеев В. Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца: Учебное пособие. СПб.: Изд-во СПб ГУП, 1999. – 272 с. Санкт-Петербург СПб ГУП, 1999.
30. Матвеев Л.П.» Теория и методика физической культуры» М., 1991.
31. Мирный В.И. Композиция и постановка танца: Курс лекций. Самара: Изд-во СГАКИ, 2001 Самара СГАКИ, 2001.
32. Мирный В.И. Хореографическая композиция: Учебное пособие. Самара: Изд-во СГАКИ, 2003. – 81 с. Самара СГАКИ, 2003.
33. Надеждина Н. Русские танцы. – М., 1951.
34. Никитин В.С. Модерн-джаз танец. – М.: ВЦХТ, 2010.
35. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец» 2004г.

36. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
37. Роттерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» М., 1989.
38. Стригунов В.М. и Уральская В.И. «Современный бальный танец» М., 1978.
39. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.
40. Энциклопедия «Балет». – М., 1981.

Программа воспитания

Воспитание в коллективе – это целенаправленный творческий процесс взаимодействия педагога и воспитанников. А также создание условий для позитивной адаптации и развития личности ребенка, социализации и интеграции воспитанника к нынешней и будущей жизни.

Воспитательный процесс в танцевальном коллективе представляет собой целостную динамическую систему, направленную на формирование творческого коллектива, создание комфортной обстановки, благоприятных условий для успешного развития индивидуальности каждого воспитанника. Создание таких условий осуществляется педагогом через включение ребенка в различные виды социальных отношений в обучении, общении и практической деятельности.

В основе программы по воспитательной работе хореографической студии лежат основные направления:

- Нравственное воспитание
- Организация здорового образа жизни
- Работа с родителями
- Мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников

Цель программы воспитания:

Создание условий для формирования здоровой (духовно, нравственно, физически и психически) и творческой личности методами и формами воспитательной работы через деятельность хореографической студии.

Данной целью определяются следующие задачи:

Организация разнообразной, творческой деятельности, в ходе которой осуществляется развитие и благополучная социализация воспитанника («потребность в творческой деятельности»).

Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Только здоровый человек способен и готов к активной творческой деятельности («потребность быть здоровым»).

Воспитание у детей уважительного отношения друг к другу и старшим, создание благоприятного нравственно-психологического климата, здоровых межличностных отношений в коллективе («потребность в защищенности, безопасности»).

Создание условий для успешного самоутверждения и творческого развития каждого воспитанника, привитие сознательного поведения и самодисциплины («потребность в уважении, признании»).

Формирование сплоченного коллектива через развитие коммуникативных способностей воспитанников, организация работы по единению и сотрудничеству руководителя и воспитанников, формирование навыков совместной деятельности («потребность в коллективной деятельности»).

Важным моментом является подбор методов и форм организации воспитательной работы в танцевальной студии, через которые будут реализовываться поставленные цели и задачи.

Формы и организация воспитательной работы

Форма, по сути, организовано обеспечивает реализацию принципов и методов воспитания детей.

Классификация форм работы:

Мероприятие – это событие, занятия, ситуации в коллективе, организованные для детей с целью непосредственного воспитательного воздействия на них. Характерные признаки такого типа форм являются созерцательно-исполнительская позиция детей и организаторская роль взрослых.

Дела – это общая работа, важные события, осуществляемые и организуемые членами коллектива на пользу и на радость кому-либо, в том числе и самим себе.

Игра – это воображаемая или реальная деятельность, целенаправленно организуемая в коллективе с целью обучения, отдыха и развлечения.

Индивидуальные формы: беседа, консультация, обмен мнениями.

Коллективные формы: конкурсы, концерты, походы.

Часы общения – предназначены для повышения познавательного уровня учащихся, развивают и обогащают умственный кругозор.

Продолжительность часов общения зависит от выбранного метода и тематической направленности. Формы проведения часов общения:

- беседы по этикету, по истории развития хореографии;
- сообщения о новостях в мире искусства;
- собрания по решению текущих проблем,
- дискуссии, тесты,
- тренинги общения, уверенности в себе, на снятие агрессии, на адаптацию в коллективе.

Воспитательная работа в студии планируется по следующим направлениям:

1. Нравственное воспитание:

Нравственное воспитание включает в себя культурное и духовное воспитание. Развивает такие качества как честность и порядочность, равнодушие к боли и страданиям окружающих. Культурное и духовное воспитание развивает эстетический вкус и хорошие манеры, умение творить и создавать. Формирует полезные привычки.

- Подготовка и участие в праздниках, проводимых в МАОУ ДО БР ЦДО.
- Творческие встречи с другими коллективами, посещение концертов.
- Экскурсии в музей, посещение различных выставок, поездка в театр.
- Беседы «Поговорим об этикете», «Посеешь привычку, пожнешь характер», «О вредных привычках».

2. Организация здорового образа жизни:

Физическое воспитание нацелено не только на формирование телесного здоровья, но и на ведение здорового образа жизни, на становление личностных качеств, которые обеспечат дошкольникам психическую устойчивость и адаптацию к стрессовым ситуациям (адаптация в новом коллективе, публичные выступления и т.д.).

- Психологические упражнения;
- Беседы о личной гигиене, здоровом питании;
- Беседы о технике безопасности на занятиях;
- Дни здоровья (походы и экскурсии с участием родителей).

3. Работа с родителями:

В детской танцевальной студии занимается большое количество детей, и большинство родителей заинтересованы в высоком качестве образовательного процесса. Совместно с родителями педагог осуществляет практически всю деятельность, связанную с воспитанием и развитием детей. С целью выявления ожидания родителей от посещения студии ребенком, педагог проводит анкетирование в начале года, а в конце учебного года анкетирование проводится с целью определения, насколько оправдались ожидания родителей. Нередко родители предъявляют высокие требования в вопросах образования и воспитания детей и задача педагога найти оптимальные варианты, формы и методы работы танцевальной студии.

- Дни открытых дверей.

- Общение с родителями (дневники контроля обучения воспитанника, благодарственные письма родителям обучающихся, которые активно участвовали в деятельности объединений и культурной жизни учреждения).
- Родительские собрания.
- Индивидуальные консультации для родителей (проводятся по мере обращения родителей к педагогу).
- Анкетирование родителей.
- Мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников.
- Знакомство с правилами внутреннего распорядка;
- Знакомство с правами и обязанностями обучающихся.

Ежегодно для эффективности работы воспитательной программы составляется характеристика групп коллектива. Учитывая характеристику каждой группы, педагог организует воспитательную работу в коллективе.

Нравственное воспитание

Часы общения «Культура и поведения»

- 1.«Посвящение в танцоры»
- 2.День именинника
- 3.Беседа «Посеешь привычку, пожнешь характер»
- 4.Подготовка и участие в мероприятиях МАОУ ДО БР ЦДО и города
- 5.Часы общения «Культура поведения в общественных местах»
- 6.Посещение концертных мероприятий
- 7.Часы общения. Просмотр видео материала
- 8.Работа с родителями
- 9.«День открытых дверей»
- 10.«Набор в группу»
- 11.Индивидуальные консультации
- 12.День танца «Молод, пока танцуешь»

13. Работа над пошивом костюмов
14. Родительское собрание «Итоги полугодия»
15. Открытые занятия
16. Анкетирование родителей
17. Индивидуальные консультации
18. Родительское собрание «Итоги года»

Беседы о технике безопасности на занятиях

1. Правила внутреннего распорядка.

2. Расписание занятий

Беседа «Вредные привычки»

Дни здоровья (санки, лыжи, коньки)

Техника безопасности при поездках и экскурсиях

Участие в конкурсах по экологии

«День здоровья»

Итоги года. Поход.