

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



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа по хореографии
«Шаг вперёд»

Срок реализации 5 лет
Возраст детей 6-18 лет

Составитель: педагог дополнительного образования
Налимов Николай Викторович

Принято:
Методическим советом №1
от 27.08.2024 г.

Утверждено:
Директор МАОУ ДО БР ЦДО
Маслова Л.В.
Приказ №184-од от 27.08.2024 г.

г. Билибино 2024

*Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования
«Билибинский районный Центр дополнительного образования»*

*Дополнительная
общеобразовательная
общеразвивающая программа
по хореографии
«Шаг вперёд»*

*Срок реализации 5 лет
Возраст детей 6-18 лет*

*Педагог дополнительного
образования: Налимов
Николай Викторович*

*2024 год
г. Билибино*

Оглавление

Пояснительная записка	4
Тематический план	9
Мониторинг	Ошибка! Закладка не определена.
Методическое обеспечение программы	Ошибка! Закладка не определена.
Учебно-методический комплекс	Ошибка! Закладка не определена.

Пояснительная записка

Хореография – искусство синтетическое, в ней музыка живет в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых – искусство, развивающее художественное воображение ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

В результате анализа учебно-воспитательного процесса, после изучения потребностей детей и родителей было выявлено, что за последние годы в нашем городе вырос интерес к занятиям хореографией, чему во многом способствует активная концертная деятельность Театра эстрадного танца «ТЭТ».

Созданная структура Театра эстрадного танца «ТЭТ», а также программа поэтапного становления профессиональной направленности детей на всех возрастных этапах, начиная с дошкольного возраста и заканчивая выпуском, дает возможности обучающимся не только развить свои творческие способности, но и приобрести конкретные умения и навыки в области хореографического искусства.

Это часто приводит обучающихся к самоопределению в мире профессий. Данная программа, являясь углубленно, работает на профессиональное самоопределение выпускников.

Программа «Танцевальная Вселенная» входит в интегрированный комплекс образовательной программы Театра эстрадного танца «ТЭТ», преимуществом которого являются: глубокое понимание материала, развитие мышления, релевантность и применимость, подготовка к будущему. Образовательная модель Театра эстрадного танца «ТЭТ» имеет следующую структуру:

- подготовительные группы (базовый уровень) – это первый – подготовительный этап на пути овладения умениями и навыками хореографического творчества. Пройдя его, воспитанники сдают итоговый экзамен, по результатам которого переходят на следующую ступень.
- основные концертные группы (углубленный, креативный уровень) – основной этап обучения, совершенствование умений и навыков.

В Театре эстрадного танца «ТЭТ» разработана система комплексного поэтапного обучения и развития детей, основанная на принципах непрерывного образования.

Цель программы – создание благоприятных условий для приобщения к богатству танцевального творчества и развития способности к культурно-личностному самоопределению. Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

- сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;

- развить устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства;
- сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;
- развить навыки самостоятельной творческой деятельности;
- развить индивидуальные способности к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

Программа построена с учетом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих принципов обучения:

- принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности;
- принцип неадекватности особенностям психического развития ребенка; предполагает изучение педагогом психофизических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением;
- принцип дифференциации и индивидуального подхода; предполагает дополнительные занятия с учетом уровня развития каждого ребенка; кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учет темперамента каждого участника коллектива;
- принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования; предполагает четкое следование разработанной педагогом экспериментальной программе;
- принцип координации «педагог – воспитанник – семья»; предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, где воспитанник выступает не только в роли субъекта.

Программа разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учетом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей. В отличие от большинства программ, эта программа позволяет обучаться детям с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и др.).

Представленная программа позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она должна способствовать подъему хореографической культуры и отвечать запросам самых широких и различных слоев общества и различных социальных групп. С другой стороны – обеспечить совершенствование процесса развития и воспитания наиболее способных детей.

Программа рассчитана на 5 лет обучения детей 6-18 лет и предназначена для работы с учащимися старшего дошкольного, младшего и среднего школьного возраста, старшего школьного возраста. Допускается поступление детей на обучение по возрасту с любого года обучения при наличии навыков, достаточных для зачисления, а также по результатам испытаний: 1 и 2 год обучения – без хореографической подготовки, 3-5 год обучения – при демонстрации

хореографической подготовки, в полном объеме соответствующей предыдущему уровню.

Схема
возрастного и количественного распределения детей по группам, количество
практических занятий в неделю и их продолжительность, цели и задачи

Подготовительные группы (базовый уровень)

Года обучения	Возраст детей	Общее кол-во занятий в неделю	Продолжительность одного занятия, час	Общее кол-во часов в неделю	Количество часов в год
1	6-7 лет	2	1	2	72
2	7-8 лет	2	1	2	72
3	9-10 лет	3	1	3	108

Цель подготовительной группы (базового уровня) – способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

Задачи:

- ознакомить детей с различными направлениями хореографического искусства;
- развить коммуникативные способности;
- выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- активизировать образное мышление и эмоциональную сферу ребенка.

Основные концертные группы (углубленный, креативный уровень)

4	11-13 лет	3	1	3	144
5	14-18 лет	2	2	4	144

Цель основной концертной группы (углубленного, креативного уровня) – формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путем приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

- освоение способов и приемов, технологий творческого решения художественных задач;
- воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира;
- развитие интереса к профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Формы и режим занятий

Для достижения поставленных целей и задач, основной формой учебной и воспитательной работы является занятие с группой, планируя которое, педагог должен ясно представлять себе его задачи, связь с другими занятиями.

Ни одно занятие нельзя мыслить как обособленное звено, в него всегда входит и повторение пройденного, и новый материал, и перспектива связи с дальнейшими заданиями.

На одном занятии могут сочетаться изучение элементов классического и народного танцев и исполняться задания на импровизацию.

С одаренными детьми проводятся индивидуальные занятия, на которых педагог разучивает сольные партии и номера, отличающиеся некоторой сложностью, соответствующей уровню индивидуального развития и уровню техники исполнения обучающегося.

Индивидуально с педагогом занимаются дети, которые менее интенсивно усваивают новый материал.

Наполняемость групп – не более 8 человек.

Учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся на занятиях хореографией

Воспитанники в возрасте 6-10 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В возрасте 11-18 лет активно идет процесс познавательного развития. Подростки и юноши уже могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом.

- Особенно заметным в эти годы становится рост сознания и самосознания детей, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях, об окружающем мире.

- Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

- Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу вполне самостоятельно.

- На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений, над определенной сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающе.

Планируемый результат и способы

Итогом полугодия служит зачет – открытое занятие, либо выступление на концерте. По окончании каждого года обучения проводится экзамен, для выявления результатов реализации программы и отчетный концерт коллектива.

Планируемый результат:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;
- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;
- знание основных особенностей танцев народов мира;
- умение свободно импровизировать;
- знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности детей:

- музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
- благородство манеры исполнения;
- осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- понимание единства формы и содержания танца;
- эмоциональное восприятие хореографического искусства;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- наличие нравственной воспитанности выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.

Формы и методы выявления и анализа результатов:

- тесты, итоговые задания;
- диагностический комплекс: диагностические карты, таблицы, диаграммы;
- портфолио обучающегося по двум уровням, портфолио выпускника.

Программой планируется максимальный объем материала, который может быть использован с учетом (в каждом конкретном случае) состава группы, физических данных и возможностей учащихся. Кроме того, возможно перенесение изучения дисциплин на следующий год обучения или вовсе исключить те движения основной программы, прохождение которых окажутся недоступными группе в связи с ограниченностью возможностей детей. На занятиях проявляется определенная гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решаются вопросы, которые ставит учебный процесс.

Тематический план

№ п\п	Тема	Часы		
		теория	практика	всего
<i>1 год обучения</i>				
1	Теоретические сведения.	1	-	1
2	Партерная гимнастика и ритмика.			
2.1.	Ритмика.	1	3	4
2.2.	Партерная гимнастика.	-	5	5
3.	Классический танец.			
3.1.	Упражнения у станка.	1	7	8
3.2.	Упражнения на середине зала.	1	7	8
3.3.	Закрепление упражнений.	-	8	8
4.	Народно-сценический танец.			
4.1.	Русский танец.	1	5	6
4.2.	Белорусский танец.	1	4	5
5.	Импровизация и актерское мастерство.	-	3	3
6.	История хореографического искусства.	3	-	3
7.	Постановка танцев и репетиции.			
7.1.	Постановка танцев.	-	7	7
7.2.	Репетиции.	-	7	7
8.	Сценическая практика.	-	4	4
9.	Участие в конкурсах, акциях и др.	-	3	3
		9	63	72

Содержание программы

1. Теоретические сведения.

Введение в предмет. Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.

Разучивание разминки – разогрева. Упражнения, развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.

Разучивание Battement tendus, Plie, Rond de jambe par terre. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход по парам, четверками, построение в круг, движение по кругу.

3. Классический танец.

Основа тренажа, постановка рук, корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

3.1. Упражнения у станка:

Позиции рук, ног; постановка корпуса по I, II, III позициям; Battement tendus в сторону, вперед и назад из I позиции, лицом к станку; Demi plié по I, II, III позициям; Passe par terre; Rond de jambe par terre; Battement tendus pour les pied, Battement tendus jete.

3.2. Упражнения на середине зала:

Разминка: шаг с носка, шаг на полупальцах, бег выбрасывая прямые ноги вперед и назад, бег сгибая ноги, наклоны корпуса в стороны, вперед и назад, низкие выпады вперед и в стороны.

Точки плана класса, поза épaulement croisée в направлении en dedans вперед; постановка корпуса по I позиции; танцевальные движения.

4. Народно-сценический танец.

4.1. Русский народный танец.

Русский народный танец - часть национальной культуры русского народа.

В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Изучение разминки в характере русского танца.

Разучивание характерных движений: гармошка, бег молоточками, переменный ход, шаги с носка, с каблук, «моталочки», «верёвочки», припадание. Поворот на месте «точка», бег в повороте, двигаясь по диагонали зала.

Сценические танцы: «Лесной хоровод», «Подружки», «Калинка» разучиваем любой на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

4.2. Белорусский танец.

Белорусский народный танец очень удобен для обучения детей по своему лексическому материалу.

Беседа «Характерные особенности белорусского танца».

Разучивание основных положений рук, элементов и движений белорусских танца «Лявониха»: притопы одинарные и тройные с наклоном, подскоки на двух ногах по I прямой позиции, тройные подскоки, подскоки с продвижением вперёд и назад, выбрасывание ног на каблук, присядка на двух ногах по I прямой позиции с продвижением в стороны и выносом ноги на каблук вперёд.

Разучивание танцевального этюда либо танца «Лявониха».

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Раздел, помогающий развить в воспитанниках: внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства.

Игры развивающие артистичность, наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные».

Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя выученные движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и т.д.).

6. История хореографического искусства.

Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытнообщинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций.

Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов.

Бытовые танцы, салонные танцы, современные бальные танцы.

Беседа по книге А. Дешковой «Загадки Терпсихоры»; «Вступление в балет». Мария Тальони и первые пуанты; просмотр видео отрывков балетных спектаклей.

7. Репетиции и постановка танцев.

7.1. Постановка танцев.

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номера: «Кошкимушки», «Ягодка-малинка», «Вальс-цветов» или других в зависимости от фантазии педагога и возможностей ребят.

7.2. Репетиции.

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

8. Сценическая практика.

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность.

Первые выступления для родителей.

9. Участие в конкурсах, акциях и др.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

- знать основы музыкальной грамоты;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- знать основные движения русского и белорусского танцев;
- уметь держать правильную осанку;
- уметь работать в группе.

№ п\п	Тема	Часы		
		теория	практика	всего
2 год обучения				
1	Теоретические сведения.	1	-	1
2	Партерная гимнастика и ритмика.			
2.1.	Ритмика.	1	3	4
2.2.	Партерная гимнастика.	-	5	5
3	Классический танец.			
3.1.	Упражнения у станка.	1	7	8
3.2.	Упражнения на середине зала.	1	7	8
3.3.	Закрепление упражнений.	-	8	8
4.	Народно-сценический танец.			
4.1.	Русский танец.	1	5	6
4.2.	Итальянский танец.	1	4	5
5.	Импровизация и актерское мастерство.	-	3	3
6.	История хореографического искусства.	3	-	3

7.	Постановка танцев и репетиции.			
7.1.	Постановка танцев.	-	7	7
7.2.	Репетиции.	-	7	7
8.	Сценическая практика.	-	4	4
9.	Участие в конкурсах, акциях и др.	-	3	3
		9	63	72

Содержание программы

1. Теоретические сведения.

Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика. Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

2.2 Партерная гимнастика. Разминка, повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения. Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Больше количество упражнений развивающих гибкость.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у станка.

Повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Простейшие комбинации упражнений, ускоренный темп исполнения.

Изучение Battement frappe, Battement fondu, Releve lent на 45, Battement tendu jette pique, Temps Releve par terre, Battement double frappe, Petit battement, перегибы корпуса, Grand battement jete.

3.2 Упражнения на середине зала. III Port de bras; позы Croise, Efface, Ecartee; Battement tendu, Plie, Battement tendu jete, Rond de jambe par terre, Battement frappe, Battement fondu, Releve lent на 45; Прыжки Soute, Changement de pied.

3.3 Закрепление упражнений. Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

4. Народно-сценический танец.

4.1. Русский танец.

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений.

Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий

шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания, мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «Катюша» или «Кадриль» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

4.2. Итальянский танец.

Изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Тарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса, чёткой координации движений.

Элементы и движения танца «Тарантелла»: положения рук и ног, движения с тамбурином; шаг с ударом носка по полу, с одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад, бег на месте с продвижением вперёд, перескоки с ноги на ногу, шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене, подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й позиции на месте и в повороте, соскок двумя ногами во вторую позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой, маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу.

Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер.

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо.

Продолжаем играть в игру, развивающую воображение.

Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.

6. История хореографического искусства.

Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии.

Термин – либретто. Изучение либретто известных балетов «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Жизель», «Дон Кихот».

Просмотр видео балета «Дон Кихот» сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

7. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми постановками: «Нарисованный мир», «Весёлый огород», «Золотая рыбка» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

8. Сценическая практика.

Выступления на различных сценических площадках города, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

9. Участие в конкурсах, акциях и др.

По окончании 2-го года дети должны:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения украинского и итальянского танцев;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у станка.

№ п/п	Тема	Часы		
		теория	практика	всего
3 год обучения				
1	Теоретические сведения.	1	-	1
2	Партерная гимнастика и ритмика.			
2.1.	Ритмика.	1	3	4
2.2.	Партерная гимнастика.	-	5	5
3	Классический танец.			
3.1.	Упражнения у станка.	1	7	8
3.2.	Упражнения на середине зала.	1	7	8
3.3.	Закрепление упражнений.	-	8	8
4.	Народно-сценический танец.			
4.1.	Русский танец.	1	5	6
4.2.	Танцы народов мира.	1	4	5
5.	Импровизация и актерское мастерство.	-	3	3
6.	История хореографического искусства.	3	-	3
7.	Современный танец.			
7.1.	Основы джаз-танца	1	8	9
7.2.	Упражнения на середине	1	8	9
7.3.	Хип-хоп	1	8	9
8.	Индивидуальные занятия.	-	9	9
9.	Постановка танцев и репетиции.			
9.1.	Постановка танцев.	-	7	7
9.2.	Репетиции.	-	7	7
10.	Сценическая практика.	-	4	4
11.	Участие в конкурсах, акциях и др.	-	3	3
		12	96	108

Содержание программы

1. Теоретические сведения.

Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика.

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка».

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

2.2 Партерная гимнастика.

Повторение выученного за 2-й год обучения, усложнение упражнений.

Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у станка.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Основные правила движений у станка, координация рук, ног, головы в движении.

Упражнения: Rond de jambe en l'air, Battement relevé lent на 90, Battement soutenu на 45, Rond de jambe par terre на Plie dehors и dedans, Grand battement jete pique, Battement developpe. Упражнения на полупальцах: Petit battement, Battement fondu, Battement frappe и double frappe.

3.2 Упражнения на середине зала.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения.

Разучивание упражнений: Temps lie, IV и V Port de bras. Позы классического танца на 45, а затем на 90 градусов: Attitudes, Arabesques. Элементарное Adagio, Pas de bourree. Прыжки: Pas echappe на II позицию, Pas assemble, pas balance, Sissone simple, Pas jete.

3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление упражнений, работа над техникой.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Русский танец.

Повторение выученного за 1-2-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений.

4.2 Танцы народов мира.

Обычаи и обряды народов и их неразрывная связь с народным творчеством, в том числе и с хореографией. Основные движения народных танцев.

5. Импровизация и актерское мастерство.

6. История хореографического искусства.

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и т. д.

Развитие танца от фольклора к современной пластике. Просмотр видеоматериалов и обсуждение.

Новые течения в хореографии. «Шоу Ривер данс» - просмотр видеоматериала.

7. Современный танец.

7.1 Основы джаз-танца.

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выразить эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя.

Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя.

7.2 Упражнения на середине

Упражнения на середине: разучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

7.3 Хип-хоп.

Разновидность современного танца. Разучиваем основные движения и комбинируем их. Сочиняем танцевальный номер «Микс-денс».

8. Индивидуальные занятия.

Индивидуально занимаются солисты танцевальной группы. На занятиях разучиваем сольные партии концертных номеров, отрабатываем их.

9. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара группы новыми постановками: «Золотая ярмарка», «Рок-н-ролл», «Вальс Победы», «Современный ритм» и др.

Работа над техникой исполнения номеров в танцзале и на сценической площадке.

10. Сценическая практика.

Применение полученных знаний умений и навыков на практике.

Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости.

11. Участие в конкурсах, акциях и др.

По окончании 3-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знать и уметь исполнять движения немецкого и греческого танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;

- знать происхождение изучаемых танцев.

№ п\п	Тема	Часы		
		теория	практика	всего
4 год обучения				
1	Теоретические сведения.	1	-	1
2	Партерная гимнастика.	-	5	5
3	Классический танец.			
3.1.	Упражнения у станка.	1	7	8
3.2.	Упражнения на середине зала.	1	7	8
3.3.	Закрепление упражнений.	-	8	8
4.	Народно-сценический танец.			
4.1.	Русский танец.	1	9	10
4.2.	Танцы народов мира.	3	12	15
5.	Импровизация и актерское мастерство.	-	5	5
6.	История хореографического искусства.	5	-	5
7.	Современный танец.			
7.1.	Модерн.	1	9	10
7.2.	Джаз-танец.	1	9	10
7.3.	Контактная импровизация.	1	9	10
8.	Индивидуальные занятия.	-	10	10
9.	Постановка танцев и репетиции.			
9.1.	Постановка танцев.	-	15	15
9.2.	Репетиции.	-	10	10
10.	Сценическая практика.	-	10	10
11.	Участие в конкурсах, акциях и др.	-	4	4
		15	129	144

Содержание программы

1. Теоретические сведения.

Задачи 4-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-3-й годы обучения. Разучивание новых более сложных упражнений.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у станка.

Все упражнения повторяются в ускоренном темпе. Изучается уровень подъёма ног, добавляются полупальцы опорной стопы.

Разучивание упражнений: Rond de jumbe an lier на полупальцах, полуповорот в V позиции на полупальцах, Port de bras с Rond de jumbe par terre на Plie, Battement developpe, Temps releve на 45 an dehors и an dedans, Battement developpe passe на 90, Demi rond de jumbe на 90, маленькие позы, заключающие упражнения.

3.2 Упражнения на середине зала.

Поворот в V позиции на полупальцах на середине зала, позы классического танца на 45, затем на 90 градусов, Attitudes, Arabesques на 45, затем на 90 градусов, элементарное Adagio, Temps leve вперёд и назад, Pas de bourre без перемены ног в сторону, и на effacee.

Прыжки: Pas echappe на одну ногу, Grand changement de piede, Petit changement de pied, Pas glissade, Jete в маленьких позах, Pas assamble в позах.

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Русский танец.

Повторение выученного за 1-3-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений.

4.2 Танцы народов мира.

Обычаи и обряды народов и их неразрывная связь с народным творчеством, в том числе и с хореографией. Основные движения народных танцев.

5. Импровизация и актерское мастерство.

6. История хореографического искусства.

Истоки западноевропейского балетного театра. Турниры, процессии, карнавалы, маскарады. Зарождение придворного балета.

Драматургия и хореография. Музыкальное и хореографическое решение спектаклей, их идейное содержание.

Развитие техники танца. Эволюция выразительных средств хореографических форм. Реформы в балетном театре. Перспективы развития балетного театра.

Просмотр видеоматериала «Балетная школа».

7. Современный танец.

7.1 Модерн-танец.

На уроках танца модерн дети, обучаясь основным движениям, учатся взаимодействовать с окружающим их пространством, учатся использовать в танце силу земного притяжения. Работа с пространством даёт неограниченные возможности в сочетании с высоким техническим уровнем подготовки.

Основные понятия: контракция, кёф, арка. Учимся правильно дышать.

Падения и быстрый подъём.

Разучивание тренажа на полу: Plie, Battement tendu, Jete, Rond, Fondu, Grand battement jete и Adagio в стиле модерн.

Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала и в продвижении.

7.2 Джаз танец.

Повторение и закрепление выученного за 3-й год обучения.

Развёрнутая разминка у станка на материале современного джаза.

Характерно использование чередования темпа ритмов, синкоп, смещённого ритма, свойственных джазовому танцу. Фиксация всех основных положений и

позиций проученного материала в эстетических позициях и использование простейших танцевальных комбинаций.

7.3 Контактная импровизация.

Используя основы техники release, учимся: совмещать в единое целое танцевальную пластику и окружающее пространство, чувствовать партнёра, коллектив, себя в коллективе как одно целое.

8. Индивидуальные занятия.

Занятия с солистами группы, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам. Работа над техникой исполнения сольного номера и артистичностью солиста.

9. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками: «Сто огней», «Нежность», и. т. д.

Работа над техникой исполнения номеров, характером и манерой.

10. Сценическая практика.

Применение на практике полученных знаний, умений и навыков, их закрепление.

11. Участие в конкурсах, акциях и др.

По окончании 4-го года обучения дети должны:

- владеть методикой исполнения движений классического танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- чувствовать национальный характер и ритм;
- иметь понятие о балетном спектакле;
- знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- знать основы овладения техниками джаз и модерн танца.

№ п\п	Тема	Часы		
		теория	практика	всего
5 год обучения				
1	Теоретические сведения.	1	-	1
2	Партерная гимнастика.	-	5	5
3	Классический танец.			
3.1.	Упражнения у станка.	1	7	8
3.2.	Упражнения на середине зала.	1	7	8
3.3.	Закрепление упражнений.	-	8	8
4.	Народно-сценический танец.			
4.1.	Русский танец.	1	9	10
4.2.	Танцы народов мира.	3	12	15
5.	Импровизация и актерское мастерство.	-	5	5
6.	История хореографического искусства.	5	-	5
7.	Современный танец.			

7.1.	Джаз-танец.	1	9	10
7.2.	Модерн.	1	9	10
7.3.	MTV-стиль.	1	9	10
8.	Индивидуальные занятия.	-	10	10
9.	Постановка танцев и репетиции.			
9.1.	Постановка танцев.	-	15	15
9.2.	Репетиции.	-	10	10
10.	Сценическая практика.	-	10	10
11.	Участие в конкурсах, акциях и др.	-	4	4
		15	129	144

Содержание программы

1. Теоретические сведения.

Задачи 5-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-4-й годы обучения. Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

3. Классический танец.

Закрепление освоенной хореографической азбуки. Чистота исполнения, закрепление устойчивости в упражнениях на середине зала. Развитие танцевальности. Изучение элементов художественной окраски движений.

3.1 Упражнения у станка.

Разучивание упражнений: Battement double fondu, Battement soutenu на 90, поворот на 360, Grand de jambe en dehorse и an dedans на 90, Pas coupe, полуповороты с подменной ноги на полупальцах, подготовительные упражнения для Tours из V позиции.

3.2 Упражнения на середине зала.

VI Port de bras, подготовительные упражнения к Tours, Pas de bourre dessus-dessous, Tours en dehors и tn dedans со 2-й позиции.

Прыжки: Pas echange в IV позицию на croisee и на effasee, sissonne ouverte и Sissonne fermee в позах, Sissonne tombe, Pas ballonne, Pas coupe, Pas de chat, Echange battus.

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Русский танец.

Повторение выученного за 1-4-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений.

4.2 Танцы народов мира.

Обычаи и обряды народов и их неразрывная связь с народным творчеством, в том числе и с хореографией. Основные движения народных танцев.

5. Импровизация и актерское мастерство.

6. История хореографического искусства.

Ансамбли народного танца. Народный танец в современной жизни.

Современный танцевальный фольклор. Анализ народной хореографии.

Государственный ансамбль народного танца под руководством И. Моисеева.

Эволюция репертуара. Анализ программ. Ансамбль на современном этапе.

Просмотр видеозаписей концертов ансамбля.

7. Современный танец.

6.1 Джаз танец.

Овладение системой растяжки «stretching», характером и особенностями классического традиционного джаза.

Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до II позиции в контракцию по VI, «штопор», туры с подменной ног и одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: Tour shaine и Tour lent.

Прыжки: педальный (Jete вниз), Grand jete вперед, в сторону, назад через passe, Sissone fermee, Renverse.

Танцевальные шаги: Pas tombee и Pas de bourree. «Stretch» – скручивание и раскручивание корпуса. Постижение основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз».

6.2 Модерн танец.

Развёрнутая разминка у станка на материале танца модерн: Battement tendu, Plie, Jete, Rond, Adajio, Grand jete (простейшие комбинации).

Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала.

Импровизация под музыку с использованием техники release, создание определённого образа.

6.3 MTV-стиль.

Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких. Основа движений MTV-стиля джаз танец.

Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки.

Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

8. Индивидуальные занятия.

Проводятся с солистами группы, для разучивания сольных номеров и сольных партий в массовых танцах, а так же для работы над техникой исполнителей и эмоциональностью.

9. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми концертными постановками: «Восточная фантазия», «Латино-денс» и т.д.

Работа над техникой и эмоциональностью исполнения концертных номеров, в танцевальном зале и на сценической площадке.

10. Сценическая практика.

Применение полученных знаний, умений и навыков на практике.

11. Участие в конкурсах, акциях и др.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

- знать хореографическую азбуку школы классического танца;
- понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;
- знать сложные технические движения народно-сценического танца;
- знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов;
- уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр;
- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;
- иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
- уметь выразить в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
- уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях;
- уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

Методическое обеспечение программы

Основные формы и методы работы.

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия – просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.
- словесный метод – рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.
- наглядный метод – личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же просмотр видео выступлений профессиональных коллективов.
- практический метод – самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции.
- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- **Ознакомление.** Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.

- **Тренировка.** Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.

- **Применение.** Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

Типы учебных занятий:

- **Усвоение новых знаний** – теоретическая часть занятия, практическое занятие, занятие-беседа, занятие-лекция, занятие-экскурсия, занятие-игра.

- **Применение усвоенных знаний** – практическое занятие, занятие-игра, репетиция, импровизация, концерт.

- Для выявления результатов реализации программы использую такие формы промежуточной и итоговой аттестации: зачёт – открытое занятие, экзамен, отчётный концерт коллектива.

Зачёт и экзамен проходят в форме «класс-концерта», на котором присутствуют родители детей, воспитанники других групп и все желающие.

Творческий рост воспитанников отражается в успешных выступлениях.

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы.

Преподавание разных видов танца требует от педагога специального образования и разносторонней подготовки в области хореографии, педагогики и психологии.

Руководитель Театра эстрадного танца «ТЭТ» – Налимов Н.В. повышает свою квалификацию на семинарах и мастер-классах.

Материально-техническое обеспечение.

- Наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, аудио и видеоаппаратура.

- Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник-трико, либо купальник для занятий и юбочка).

- Музыкальное сопровождение – наличие аудиозаписей.

- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Программно-методическое обеспечение.

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;

- Литература по педагогике и психологии;

- Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.

- Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

Список литературы для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 1983.
2. Богаткова Л. Хоровод друзей. - М.: Детгиз, 1957.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
8. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
9. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 1986.
10. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
11. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984.
12. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 1984.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1981.
14. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970.
15. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей. - Ярославль, 1997.
16. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
17. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 1984.
18. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.
19. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 1986.
20. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 1975.
21. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М.: Искусство, 1996.
22. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 1972.
23. Шишкина-Фишер Е. Немецкие народные календарные обряды обычаи танцы и песни.- М.: Готика, 2000.
24. Ярмолович Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца.- М.: Искусство, 1968.

Список литературы для обучающихся:

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 1989.
2. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1986.