

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Каргасокская средняя общеобразовательная школа-интернат № 1

Рассмотрено на заседании  
МО учителей художественно-  
эстетического направления  
протокол № 1 от 27.08.2015г.  
Руководитель М.О. \_\_\_\_\_  
Каширина  
Е.К.

«Согласовано»  
заместитель директора  
по УВР  
Фатеева О.В.  
01 сентября 2015г.

«Утверждено»  
Директор МБОУ КСОШ –  
интернат №1 \_\_\_\_\_  
Кондратьева Е.М.  
01 сентября 2015г.

**Программа дополнительного образования  
студии танца «Надежда»**



Возраст детей 11 – 15 лет.  
Срок реализации программы 5 лет.

Модифицированная программа

Учитель ритмики

Надежда Юрьевна Найдёнова

первая квалификационная категория

Каргасок, 2008

Программа разработана в августе 2008 года, редактирована 2014г.

## **Пояснительная записка.**

Данная программа модифицированная, адаптированная к средней общеобразовательной школе и рассчитана на пять лет обучения. Программа ориентируется на учащихся без какого-либо ограничения, без конкурсных отборов и независимо от наличия у детей природных и специальных физических данных.

Программа по своей содержательной направленности является художественно-эстетической; по функциональному предназначению – общекультурной; по форме организации групповой. В хореографический коллектив принимаются физически здоровые дети от 11 лет. По мере их продвижения по программе они объединяются в три возрастные группы: старшую, среднюю, младшую. Программа нацелена на раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей, профессиональную ориентацию и адаптацию к условиям современной жизни. Занятия по данной программе актуальны в связи с тем, что в процессе постановочной работы, репетиций, дети приучаются к сопереживанию, сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

**Актуальность** обусловлена также тем, что в программе усиливается внимание к развитию познавательной деятельности за счет проведения бесед о хореографическом искусстве, истории и культуре танца, совместных просмотров видеоматериалов, целью которых является повышение нравственной и эстетической культуры обучающихся.

Основой занятий является формирование у детей танцевальных знаний, умений и навыков, на основе овладения и освоения программного материала. Используя разнообразные и доступные движения классического, народного, современного бального танца, элементы современной пластики, можно создать репертуар, имеющий целью воспитания личности ребенка, его гуманных, гражданственных и патриотических чувств, нравственной направленности его сознания. Материал дает возможность создавать несложные сюжетно-тематические номера и привлекать высокохудожественную музыку – классическую, современную, этническую. Методика преподавания в своей основе опирается на школу обучения, но с учетом специфики хореографического коллектива, где состав учащихся разнороден и по способностям и по возрасту, а занятия проводятся 2 раза в неделю. Этим обусловлено особое внимание к эффективности учебного процесса и выбору репертуара. Программа содержит необходимый минимум тренировочных упражнений и танцевальных движений – азбуку классического, народного, современного бального танцев, что способствует гармоническому развитию способностей обучающихся. Теоретические сведения даются непосредственно в процессе занятий, в ходе работы над постановками. Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которая используется на занятиях. Она должна быть доступной, разнообразной и художественной.

Занятия проводятся два раза в неделю. Наполняемость групп: 1-й год обучения – 12-15 человек, 2-й год обучения – 10-12 человек, 3-й и последующие года – 8-10 человек.

### **Характерные особенности программы**

1. Стержневая специализация программы, её основная художественно-эстетическая направленность — детская танцевальная программа с элементами свободной пластики, гимнастики, ритмики.
2. На основе ведущих методик создание собственной модифицированной программы, адаптированной для детей среднего и старшего школьного возраста в общеобразовательной школе.
3. Создание комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребёнок может радостно и свободно работать.
4. Использование разнообразного арсенала конкретных методов и приёмов собственной разработки, направленное на эффективное освоение ритмики, танца, импровизации, на развитие и реализацию творческого потенциала школьников.
5. В рамках непродолжительного времени отведённого на реализацию программы достижения высокой обученности.

**Эти характерные особенности программы являются актуальными и определяют её новизну:**

-в особой содержательной трактовке,

-наряду с общеизвестными методами использованы методы-приёмы собственной разработки,

-в работе педагог ориентируется на учащихся без какого-либо ограничения, без конкурсных отборов и независимо от наличия у них природных и специальных физических данных.

**Цель программы** – развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей, профессиональная ориентация, а также адаптация к условиям современной жизни. Для реализации поставленной цели решаются **задачи** различного характера:

**Образовательные:**

– овладение детьми основами хореографического мастерства:

- Организация постановочной и концертной деятельности;

**Развивающие:**

- Развитие у детей способностей к самостоятельной и коллективной работе;

- Развитие мотивации на творческую деятельность;

**Воспитательные:**

- Создание крепкого, дружного коллектива, создание условий для общения;

- Адаптация к современной жизни.

**Принципы** построения программы: разноуровневость, дифференциация, системность.

При организации образовательного процесса используются следующие приемы: наблюдение, убеждение, стимулирование, создание «ситуации успеха» для каждого ребенка.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения, и в соответствии с ними разработаны формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, в различных творческих конкурсах.

Применяются формы контроля – собеседование, игровые конкурсы, наблюдение, открытые и зачетные занятия, контрольные с самостоятельным решением творческих задач.

Образовательная программа рассчитана на 5 и более лет обучения и включает 3 этапа: подготовительный основной и итоговый.

**Подготовительный этап** – он может длиться от года до трех-четырех лет, в зависимости от физических и творческих особенностей ребенка. В это время решаются следующие задачи: дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развиваются способности самовыражения посредством танца. К концу подготовительного периода дети уже могут артистично двигаться, исполнять хореографические этюды, различать особенности медленных и быстрых танцев, могут слышать и понимать значение вступительных аккордов в упражнениях.

**Основной этап** рассчитан на 2 года и решает задачи развития и формирования их творческого потенциала, повышение техники исполнения танца. На этом этапе составляются индивидуальные планы работы с одаренными детьми. К концу обучения в этом периоде дети свободно владеют корпусом, движением рук, головы повышают культуру выразительного исполнения танцев, этюдов комбинаций.

**Итоговый этап** длится 2 года и ориентирован на успех, совершенствование исполнительского и актерского искусства, пробуждение интереса к профессии. На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционно-постановочной работы нарабатывается техника танца, разучиваются новые танцевальные движения, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актерское мастерство.

Программа дана по годам обучения, в течение которых дети должны усвоить определенный минимум умений, знаний, навыков и сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам:

- азбука музыкального движения;
- элементы классического танца;
- элементы народного танца;
- элементы современного и бального танца.

Хотя программа и разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы всех четырех разделов или любое соединение этих частей. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс,

учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Учитывая, что в студию часто принимаются дети без специального отбора, одной из задач педагога является исправление дефектов осанки, если они обнаружатся.

Дети за время обучения должны получить представление о выразительности танцевальных движений, отражающих внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений – выразительности, легкости, силе, грации.

**Ожидаемый результат** определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы: развитие творческого мышления, памяти, воображения, нестандартного мышления, умения выразить чувства; приобретение и развитие коммуникабельности, активности, сообразительности, умения импровизировать, двигаться под музыку; формирование общей культуры, овладение основными танцевальными движениями; формирование представлений о танцевальной культуре; развитие профессионального интереса; приобретение и закрепление теоретических знаний и практических умений по развитию творческой индивидуальности; работа по персональной программе.

К результатам можно отнести участие в концертах, смотрах, конкурсах, фестивалях, а так же награды и дипломы, полученные в результате участия в них.

Отчеты о работе коллектива планируются или в виде открытых занятий, или как концертные выступления. В течение учебного года должно быть не больше 5-6 выступлений. Частые выступления отнимают у детей много сил и времени, резко снижают художественный уровень исполнительской работы.

Дети за годы обучения должны приобрести не только музыкально-танцевальные знания и навыки, но и научиться работать в художественном коллективе, приобрести навыки нравственного поведения и отношения к товарищам, подчинять свои личные интересы деятельности коллектива. Никогда не подводить, заменять заболевших на репетициях и выступлениях.

## **Учебно-тематический план**

### **1 год обучения**

#### **Требования к учащимся 1-го года обучения.**

К концу года ребята должны знать и уметь исполнить следующие **движения**: шаг припадание вперед, в сторону, шаг с притопом, основные танцевальные позиции рук, ног. Уметь исполнить переменный шаг. Мальчик должен уметь подать руку, девочка ответить на приглашение. Уметь открыть и закрыть руки в положении на пояс. Иметь навыки общения в танце - вежливость, доброжелательность. Знать о ведущей роли мальчика в бальном танце.

Содержание и виды работы	Кол-во часов.		
	Всего	Теор.	Практ.
<b>Учебно-тренировочная работа</b>			
Азбука музыкального движения	20	2	18

Элементы классического танца	10		10
Элементы народно-сценического танца	14		14
Элементы историко-бытового танца	6		6
Элементы современного и бального танцев	6		6
Репертуар	74	10	62
<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
Организационная работа	2		2
Беседы об искусстве	4		4
Прослушивание музыки, просмотр видеоматериалов	6		6
Чаепитие, «День именинника», «Клуб «Выходной день»	4		4
<b>итого</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>

### Учебно-тематический план

#### 2 год обучения

#### Требования к учащимся второго года обучения.

По окончании второго года обучения ребята **должны знать и уметь** следующее: освоить положение «стоя боком к станку», держась за станок одной рукой; знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца; различать особенности медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов; знать основные шаги и ходы.

Содержание и виды работы	Кол-во часов		
	Всего	Теор.	Практ.
<b>Учебно-тренировочная работа</b>			
Азбука музыкального движения	50	7	43
Элементы классического танца	10	4	6
Элементы народно-сценического танца	24	7	17
Элементы историко-бытового танца	10	4	6
Элементы современного и бального танцев	10	4	6
Репертуар	84	10	74
<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
Организационная работа	4		4
Беседы об искусстве	5		5
Прослушивание музыки, просмотр видеоматериалов	7		7
Чаепитие, «День именинника», «Клуб «Выходной день»	12		12
<b>итого</b>	<b>216</b>	<b>36</b>	<b>180</b>

### Учебно-тематический план

#### 3 года обучения

#### Требования к учащимся третьего года обучения.

По окончании третьего года учащиеся **должны знать** правила основных движений классического танца. Знать подготовительное движение рук, уметь правильно открыть и закрыть руки на талии. Знать положение стопы – открытое и закрытое. Уметь

исполнять переменный ход, «веревочку», притопы, «ключи», «припадание». Знать основные направления: по линии танца, против линии танца. Уметь исполнять в паре вальсовый шаг, дорожку, «балансе».

Содержание и виды работы	Кол-во часов		
	всего	Теор.	Практ.
<b>Учебно-тренировочная работа</b>			
Азбука музыкального движения	50	7	43
Элементы классического танца	10	4	6
Элементы народно-сценического танца	24	7	17
Элементы современного и бального танцев	10	4	6
Репертуар	94	14	80
<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
Организационная работа	4		4
Беседы об искусстве	5		5
Прослушивание музыки, просмотр видеоматериалов	7		7
Чаепитие, «День именинника», «Клуб «Выходной день»	12		12
<b>итого</b>	<b>216</b>	<b>36</b>	<b>180</b>

### Учебно-тематический план

#### 4 года обучения

#### Требования к учащимся 4 года обучения.

Владеть основными навыками. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность ног, владеть движениям стопы. Уметь правильно исполнять экзерсис у станка. Уметь импровизировать национальный танец в быстром и медленном темпе. Знать позиции рук, ног в классическом, народном и бальном танце. Понимать характер танца. Ориентироваться в движении по залу.

Содержание и виды работы	Кол-во часов		
	всего	Теор.	Практ.
Азбука музыкального движения	50	7	43
Элементы классического танца	10	4	6
Элементы народно-сценического танца	24	7	17
Элементы современного и бального танцев	10	4	6
Репертуар	94	14	80
<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
Организационная работа	4		4
Беседы об искусстве	5		5
Прослушивание музыки, просмотр видеоматериалов	7		7
Чаепитие, «День именинника», «Клуб «Выходной день»	12		12
<b>итого</b>	<b>216</b>	<b>36</b>	<b>180</b>

## Учебно-тематический план

### 5 года обучения

#### Требования к учащимся 5 года обучения

Различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях композиторов. Различать жанры. Уметь передать в движениях тему танца. Уметь выразить в пластике общее содержание музыки, ее образные ассоциации. Уметь передать национальную выразительность движений и ритмов. Уметь самостоятельно составлять композиции, подбирать соответствующую музыку. Знать правила этикета на занятиях. Руководитель может вносить по мере работы корректировку в составленной программе.

Содержание и виды работы	Кол-во часов		
	всего	Теор.	Практ.
<b>Учебно-тренировочная работа</b>			
Азбука музыкального движения	10	4	6
Элементы классического танца	10	4	6
Элементы народно-сценического танца	34	7	27
Элементы современного и бального танцев	20	7	13
Репертуар:	114	14	100
<b>Мероприятия воспитательного характера</b>			
Организационная работа	4		4
Беседы об искусстве	5		5
Прослушивание музыки, просмотр видеоматериалов	12		12
Экскурсии, чаепития, тематические вечера	7		7
<b>итого</b>	<b>216</b>	<b>36</b>	<b>180</b>

## Содержание программы.

### 1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### ТЕОРИЯ:

Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

#### Практические занятия:

Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые) продвижение на углах с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением из колонны в шеренгу и обратно, из



одного круга в два и обратно. Продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например оленя, журавля, лисы, мышки, кошки, медведя, птички и т.д. дирижерский жест – тактирование на 2/4, 3/4, 4/4. выделения сильной доли.

### **Элементы классического танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка, выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения рук и ног.

#### **Практические занятия.**

Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со 2 полугодия – держась одной рукой). Позиции – 1, 2, 3. позиции рук – подготовительная 1, 2, 3-ю (разучивания на середине при неполной выворотности) затем держась рукой, боком к станку.

Деми-плие – приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног: изучается лицом к станку по 1, 2, 3 позициям.

Батман тандю – движения вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучают лицом к станку по 1,3 позициям вначале в сторону, вперед, в конце года назад).

Деми рон де жамб пар тер – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава, изучается лицом к станку с 1 позиции по точкам – вперед, в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги сюр лек ку де пье (обхватывает щиколотку опорной ноги) – развивает выворотность и подвижность ноги, «условное» - развивает сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорой.

### **Элементы народно-сценического танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Сюжет и темп некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

#### **Практические занятия:**

Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3, на талии. Шаги танцевальные с носка, просто шаг вперед, переменный шаг вперед.

Притоп – удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.

Припадание на месте с продвижением в сторону, исходная, свободная 3-я позиция, поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону.

Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение в исходную позицию.

«Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении, без подскоков.

Вращение на подскоках по 1/4 круга.

### **Элементы историко-бытового танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Особенности старинного танца XVIII в. – гавота. Поклоны, позы, шаги. Старинные костюмы и прически, манера движений персонажей в сказочных спектаклях-балетах. «Золушка», «Спящая красавица».

#### **Практические занятия:**

Поклоны и реверанс (показ учителя). Простейшая композиция гавота (падеграс). Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза.

### **Элементы бального танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Особенности бальных танцев. Направление на площадке. Диагональ. Положения в паре. Позиции ног в бальной хореографии. Положения и движения ног. Позиции рук в бальных танцах. Положения, движения корпуса и головы. Повороты.

#### **Практические занятия:**

Линия танца. Движение лицом или спиной. По «Линии танца, против «линии танца», к «центру» от «центра». Движение по диагонали. Положения в паре зависят от группы, к которой относится танец. И могут быть разнообразными: лицом друг к другу – закрытое положение, спиной друг к другу – противоположное положение, рядом друг с другом, лицом в одном направлении – открытое положение и т.д. позиции в бальном танце могут быть полувыворотными, а 2- и 4-я невыворотными. По степени нагрузки, которую несет нога, она может быть опорная или свободная. Движения опорной и свободной ног, отведение, подъем, круговое движение. Шаги, переходы, приставки, притопы, прыжки и повороты.

Упражнения для рук и для ног.

Элементы современных бальных танцев. «Разрешите пригласить» и «Вару-вару». Положения партнеров в вальсе. Вальсовая дорожка.

## **2-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### **ТЕОРИЯ:**

Включается весь материал 1-го года обучения. Дополнительно: танцевальная музыка: (марши спортивные, военные), вальсы (быстрые и медленные). Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы.

### **Практические занятия:**

Изучается и исполняется материал 1-го года обучения. Оформление урока классической, современной и народной музыки с ярко выраженным ритмическим рисунком в медленном и среднем темпе.

### **Элементы классического танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Повторяются в более ускоренном темпе упражнения 1-го года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног. Подготовительное движение руки. Закрывание руки в подготовительное положение. Координация ног, рук и головы. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка: подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

### **Практические занятия:**

Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног 1, 2, 3, 5, позднее 4. позиции рук – подготовительная 1, 2, 3.

Деми-плие в 1, 2, 3, 5 позициях, вначале лицом к станку, позднее боком, держась одной рукой.

Батман тандю с 1-ой позиции, в сторону, вперед, позднее назад.

Батман тандю с 5-ой позиции в сторону, затем вперед, позднее назад.

Батман тандю с деми-плие – с 1-ой позиции, позднее с 5-ой (раздельно, слитно).

Деми рон де жамб пар тер – вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой. Правила постановки руки (держась за станок одной рукой). Подготовительной пор де бра.

Батман тандю жете – натянутые движения с броском из 1-ой позиции, изучаются стоя лицом к станку (в сторону – 2-ой позиции).

Батман тандю пике – натянутые движения ноги, колющий бросок.

Батман фраппе – сильное ударяющее движение, изучается лицом к станку, вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Релеве лян на 45° – медленное поднимание ноги, изучается стоя боком к станку, в 1-ой позиции.

**Прыжки:** танлеве соте – по 1, 2, 5-ой позициям.

### **Элементы народно-сценического танца**

## **ТЕОРИЯ:**

Упражнения у станка и на середине, подготовка к более четкому исполнению народных движений. Точные позиции и положения и движения рук в танцах восточных республик. Контрастность стиля русских и восточных танцев. Источники народных тем, сюжетов, их связь с образом жизни.

Сказки, игры детей разных национальностей, общее в них и разное. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских и восточных танцев.

## **Практические занятия:**

Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).

Полуприседание и полное приседание по 1, 2, 3 и 5-й открытым позициям, плавные и резкие приседания.

Упражнения на середине. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны на месте и с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей ступней. Дроби (дробная дорожка) – мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. «Гармошка» одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно с продвижением в сторону. Припадание на месте, с продвижением в сторону, с поворотом  $\frac{1}{4}$ . «Ковырялочка» - без подскока, с подскоком. «Веребочка» (простая) – подряд, с переступанием. «Молоточка» удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении с подскоком на другой ноге, на месте с продвижением.

## **Элементы историко-бытового танца.**

### **ТЕОРИЯ:**

Особенности танцев XIX в. – полонеза, экосеза. Музыка, стиль, манеры, костюмы, прически. Оформление альбомов репродукциями произведений художников 19 в. И эскизов костюмов и причесок из спектаклей стиля 19 в.

### **Практические занятия:**

Композиция из пройденных элементов историко-бытового танца. Положение рук, корпуса, головы.

Дополнительно: па балансе, па польки.

## **Элементы современных бальных танцев.**

### **ТЕОРИЯ:**

Особенности современных бальных танцев. Музыка, положения рук, ног, головы, корпуса.

### **Практические занятия:**

вначале элементы, затем весь танец «Ча-ча-ча» и «Фигурный вальс»: особенности движений в парном танце.

## **3-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **ТЕОРИЯ:**

Включается весь материал 1-го и 2-го годов обучения. Закрепление основных навыков танцевальной азбуки. Дополнительно: танцевальная музыка (марши спортивные, военные), вальсы (быстрые и медленные). Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы.

### **Практические занятия:**

Изучается и исполняется материал 1-го и 2-го года обучения. Оформление урока классической, современной и народной музыки с ярко выраженным ритмическим рисунком в медленном и среднем темпе.

### **Элементы классического танца.**

### **ТЕОРИЯ:**

Повторяются элементы 1-го и 2-го года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног. Подготовительное движение руки. Закрывание руки в подготовительное положение. Координация ног, рук и головы. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка. Движения связки. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

### **Практические занятия:**

Повторение пройденного. Дополнительно: позиции ног 1, 2, 3, 5 позднее 4. Позиции рук, подготовительная, 1, 2, 3.

Деми плие в 1, 2, 3, 5 позициях, вначале лицом к станку, позднее боком.

Батман тандю с 1-ой позиции в сторону, вперед, позднее назад. То же с 5-ой позиции. Батман тандю с деми плие – с 1-ой позиции, позднее с 5-ой (раздельно, слитно).

Батман тандю жете из 1-ой позиции лицом к станку (в сторону 2-ой позиции). Батман тандю пике – натянутые движения ноги, колющий бросок.

Батман фραπε – сильно ударяющее движение, изучается лицом к станку, вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Релеве лян на 45° медленное поднимание ноги, изучается стоя боком к станку в 1-ой позиции.

Прыжки танлеве соте по 1, 2, 5-ой позициям.

### **Элементы народно-сценического танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Упражнения у станка и на середине, подготовка к более четкому исполнению народных движений. Точные позиции положения и движения рук в танцах восточных республик. Контрастность стиля русских и восточных танцев. Источники народных тем, сюжетов, их связь с образом жизни. Сказки, игры детей разных национальностей общее в них и разное. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских и восточных танцев.

#### **Практические занятия:**

Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Полуприседание и полное приседание по 1, 2, 3 и 5-ой открытым позициям, плавные и резкие приседания.

Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в сторону, назад).

Переступание на полупальцах в разных ритмических сочетаниях. «Ковырялочка». Скольжение по ноге в открытом положении («веревочка»). Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой в открытом положении (вперед и в сторону). Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Положения рук, ног. Положения рук в групповых танцах в фигурах, «звездочка», круг, «карусель», «корзиночка», «цепочка». Поклоны на месте и с движением вперед и назад ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей ступней. Дроби (дробная дорожка) – мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. «Гармошка». Припадание на месте, с продвижением, с поворотом на 1/4. «Ковырялочка» без подскока, с подскоком. «Веревочка» (простая), подряд переступанием. «Молоточка», на месте, продвижением.

### **Элементы современных бальных танцев**

#### **ТЕОРИЯ:**

Особенности современных бальных танцев. Музыка, положения рук, ног, головы, корпуса.

#### **Практические занятия:**

Вначале отдельные элементы, затем весь танец «Квикстеп» и «Румба». Особенности движений в современном бальном танце.

## **4-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ.**

## **ТЕОРИЯ:**

Темповые обозначения: адажио - медленно, виво - живо, ленто - протяжно, ларго - широко, анданте - не спеша, аллегро - скоро, бодро – применительно к практическому материалу по классическому и бальному танцу.

## **Элементы классического танца.**

### **ТЕОРИЯ:**

Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну, с одной на две).

Критерий исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актерской выразительности).

Выдающиеся современные балеты и балетмейстеры. Сюжет и музыка балета, балетмейстер и главные исполнители.

### **Практические занятия.**

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

Дополнительно:

Градн плие по 1, 2, 3, 5-й позициям изучаются лицом к станку, затем исполняются держась за станок одной рукой. На 4/4, 3/4. характер плавный, связанный, два такта на движение.

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

Рон де жамб пар тер, ан деор и ан дедан (слитно) размер 3/4.

Батман фондю – носком в пол, по всем направлениям.

Батман фраппе – вперед, в сторону, назад лицом к станку.

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

Релеве – по 1, 2-й позициям, на полупальцах.

Упражнения на середине. Исполняются упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю и батмана фраппэ.

Пор де бра – 1-е, 2-е, 3-е развивает танцевальную координацию и чувство позы, 3/4, анданте.

Па балансе – раскачивающиеся движения, развивают свободу и непринужденность координации всего тела. 3/4 в темпе медленного вальса. Перегибы корпуса (по свободной 1-й позиции) 3/4 темп-модерато.

### **Элементы народно-сценического танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Происхождение некоторых украинских народных движений, например «Дорожка проста», «Дорожка плетена», «Тынок» и др.

#### **Практические занятия:**

Упражнения у станка.

Повторение изученных элементов в более быстром темпе и в несколько более сложном ритмическом рисунке.

Упражнения на середине. Повторяются элементы движений в комбинациях на 16 и 32 такте.

Вращение по диагонали и на подскоках.

Ходы «Бигунец» на низких полупальцах в небольшом полуприседании, «Дорожка проста» (припадание) на низких полупальцах по 3-й свободной позиции сзади с продвижением в сторону, с поворотом. «Дорожка плетена». «Тынок» по 4-й позиции на месте, с продвижением вперед, с поворотом «Голубец» на месте, с продвижением. «Моталочка».

### **Элементы современного бального танца.**

#### **ТЕОРИЯ:**

Обобщение всех полученных знаний и навыков. Венский вальс. Вальс – бостон.

#### **Практические занятия.**

Повтор всех пройденных элементов. Движений в различных комбинациях. Исполняется «Разрешение пригласить», «Вару-вару», «Ча-ча-ча», «Румба». Вальсовая дорожка. Шаги вперед и назад, влево и вправо в вальсе – бостон. Основные движения вальса-бостон.

### **5-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ И ПОСЛЕДУЮЩИЕ ГОДЫ**

#### **ТЕОРИЯ:**

Изучается и исполняется весь материал, указанный для 1 - 4 годов. Музыкальные размеры. Динамические оттенки. Ритмические рисунки. Темповые обозначения – применительно к практическому материалу.

#### **Практические занятия:**

Музыкально-пространственные упражнения. Танцевальные движения в образах. Оформление уроков классической, современной и народной музыки.

### **Элементы классического танца.**



## **ТЕОРИЯ:**

Обобщение полученных практических знаний и навыков. Типы прыжков. Критерий исполнительской деятельности. Русская школа классического танца, педагоги Русской школы: Аграфена Ваганова. Выдающиеся балерины и танцовщики.

## **Практические занятия.**

Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях.

Дополнительно:

Гранд плие по 1-5 позициям, боком к станку.

Батман тандю с 1-5 позициям по всем направлениям.

Рон де жамб пар тэр ан деор и ан дедан (слитно).

Батман фондю по всем направлениям.

Батман фразпэ вперед, в сторону, назад, держась за станок одной рукой.

Релеве лян – во всех направлениях боком к станку.

Перегибы корпуса вперед, в стороны, назад держась за станок одной рукой.

Релеве по 1, 2, 5 позициям.

Упражнения на середине. Исполняются упражнения, изученные у станка (кроме батмана фондю и фразпэ).

Пор де бра 1-е, 2-е, 3-е, круазе и эффасе.

Па балансе 3/4 в разном темпе.

Перегибы корпуса (по свободной 1 позиции) 3/4.

## **Элементы народно-сценического танца.**

## **ТЕОРИЯ:**

Характерные танцы. Венгерский танец, венгерский ход «Чардаша». Испанский танец, па де баск испанского танца. «Болеро», «Фламенко». «Болеро» Равеля.

## **Практическое занятие:**

Упражнения у станка. Повторение выученных элементов.

Упражнения на середине. Повторяются элементы движений в комбинациях.

Па де баск в испанском и украинском танце.

Русский танец, дроби, «переборы», «дробная дорожка, дробь с подскоком и вращением, притопы. Вращение по диагонали, на месте, по кругу, на подскоках. Украинский танец, «Бигунец», «Тынок», «Голубцы», «Дорожка проста», «Дорожка плетена», «Ковырялочка», «Моталочка». Вращение из угла, на месте, по кругу.

### **Элементы современного и бального танца.**

### **ТЕОРИЯ:**

Обобщение всех полученных знаний и навыков. «Самба» темперамент латиноамериканских танцев. «Рок-н-ролл» танец или спорт. Последние тенденции в современном танце.

Шоу-балет «Тодес» А.Духовой.

### **Практические занятия.**

Повторение изученного. Тренаж современной пластики. Элементы движений и фигуры «Самбы и «Рок-н-ролла».

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса	Занятие-беседа, занятие-соревнование, урок-фантазия, репетиции, занятие – концерт. Игры на развитие внимания, памяти, подвижные игры, творческие мастерские. Просмотр видеофильмов и обучающих программ, совместное посещение смотров и концертов.
Дидактический материал	Методические пособия по различным видам хореографического искусства, стенды с наглядностью, уголок с информацией о текущих и планируемых делах в коллективе. Специальная литература. Карточки с заданиями для игр по развитию артистизма и пластики с ситуациями.
Средства для реализации программы	Танцевальный зал, видеотека, содержащая записи выступлений хореографических коллективов. Фонотека с аудиозаписями музыкальных произведений, используемых для музыкального сопровождения репетиционного процесса и сценических выступлений. Музыкальные записи разных жанров, стилей, направлений и стран.
Материально-техническая база	Оборудование: зеркала, классический станок, аудиоманитон, костюмерная. Кабинет для записи фонограмм, видеоманитофон, ноутбук, наборы слайдов.
Формы подведения итогов	Концерты, смотры, праздники, мероприятия с награждением активных участников коллектива, районный фестиваль детского творчества «Радуга».

### **Список рекомендуемой литературы для педагогов.**

1. Боголюбская «Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах» Учебно-методическое пособие. М. 1982г.
2. Конорова Е. «Методическое пособие по ритмике» Выпуск I М. 1972 г. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства» М. 1963 г.
3. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» М. 1964 г.
4. Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1958 г.
5. Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г
6. Костровицкая В. «Школа классического танца» М. 1964
7. Валанова А. «Основы классического танца» М. 1964
8. Ткаченко Т «Народные танцы» - М. 1975
9. Лопухов Л., Ширяев А., Бочаров А. «Основы характерного танца. М.-Л. 1939 г.
10. Климов А. «основы русского народного танца» М: Издательство МГИК, 1994.
11. Блазис К. «Полный учебник танца» Пер. с франц. О.Н. Брошкинского кн. Классики хореографии» М. - Л., 1987
12. Тарасов Н.И. «Классический танец» М. 1971
13. Халфина С.С., Иванцукий М.Ф. (составители). Методическое пособие по приему в хореографическое училище». МЛ 963
14. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» Л. 1981

### **Список рекомендуемой литературы для воспитанников.**

- Габович Н. «Душой исполненный полет» МЛ 967
- Барщинникова Т. - «Азбука хореографии» 1996
- Тарасова Н.И. «Классический танец» МЛ 971
- Гальперин С.Н. «Анатомия и физиология человека» МЛ 974
- Блок Л.Д. «Классический танец. История и современность»
- Шульгина А., Темилина Л., Замалина «Костюмы для танцевальных коллективов. По мотивам русской народной одежды» - МЛ 974

Степанова Л. «Танцы народов России», М., 1973

Ванелов В. «Балеты Григоровича и проблемы хореографии» - М. 1972

Азамова Г.В. «Нравственно-этическое воспитание младших школьников средствами искусства.  
У/Начальная школа - 1982. - №4