

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Мы в мире танца» составлена на основе:

1. Программа воспитания и обучения в детском саду / под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. - 2-е изд. испр. и доп. - М. : Мозаика-Синтез, 2005, с. 3-13, 123-129, 153-162. 163-166, 192-202.
2. Матяшина А. А. Образовательная программа «Путешествие в страну «Хореография»». - В кн. : Фольклор. Музыка. Театр. – театр : Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками : Програм.-метод. пособие / под ред. С. И . Мерзляковой. - М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, с. 104-119. - (Воспитание и доп. образование детей).
3. Пряхина О. В. Программа «Пластика движений». - В сб. : Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М. : ГОУ ЦРСДОД, 2003, с. 71-73.
4. Программа «Хореографический кружок». - В сб. : Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки. - М. : Просвещение, 1981. с. 171-199.
5. Ионе Е. А. Образовательная программа «История балета». - В сб. : Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011, с. 7-39.

Программа опирается на следующие нормативно-правовые документы:

* 1. Федеральный закон от 29.12.2012 №ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации».

1. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования / Рос. акад. Образования ; под ред. А. М. Кондакова, А. А. Кузнецова. – М. : Просвещение, 2011.
2. О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы (утв. Постановлением Правительства РФ от 1 июня 2012 г. № 761).
3. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 –р.
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнитель­ным общеобразовательным программам» // Вестник образования. - 2014. - №3. - С. 55-65.
5. Абдухакимова С. А. Образовательно-методический комплекс в дополнительном образовании детей: назначение и технология разработки / С. А. Абдухакимова и др. Серия: Дополнительное образование детей: Московская методическая библиотека. – М. : МГДД(Ю)Т, 2009.

В случае возникновения форс мажорных обстоятельств программа может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Дополнительная общеобразовательная программа «В мире танца» имеет **художественно-эстетическую направленность**.

**Актуальность** Программыхарактеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Хореографическое искусство обеспечивает более полное развитие индивидуальных способностей детей, и поэтому обучение в хореографических коллективах должно быть доступно значительно большему кругу детей и подростков. Они любят искусство танца и посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляют настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений.

Занятия хореографическим искусством способствуют не только физическому развитию детей, но и обогащают их духовно. Ребенок, владеющий балетной осанкой, восхищает окружающих. Но ее формирование - процесс длительный, требующий многих качеств от детей.

Дисциплинированность, трудолюбие и терпение - те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Эти качества воспитываются годами и определяют успех во многих делах.

Таким образом, овладев необходимыми знаниями, навыками и умениями, научившись понимать и осмысливать содержание изучаемого хореографического материала, выразительно его исполнять, дети по-новому, более активно и сознательно начинают относиться к занятиям. В результате активного эмоционального знакомства с хореографией формируется художественный вкус детей, они начинают подмечать и воспринимать прекрасное не только в искусстве, но и в жизни.

**Педагогическая целесообразность** Программыопределена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства - в этом и состоит педагогическая целесообразностьразработанной Программы по обучению хореографии.

Кроме того, педагогическая целесообразность Программы заключается в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

**Практическая значимость**состоит в совмещении нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения. Обучающиеся имеют возможность овладеть основами классической, народно-сценической и современной хореографии; также занятия подростков по предмету «Современные танцевальные стили» способствуют освоению общей культуры танца с учетом возрастающего интереса детей, подростков и молодежи к современным танцевальным направлениям. Разнообразие видов творческой работы - импровизация, постановочно-репетиционная работа, сценическая практика содействуют раскрытия и развитию творческого потенциала, лидерских качеств и способности взаимодействовать в команде.

**Связь Программы с уже существующими по данному направлению** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации обучающихся, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, народно-сценический, эстрадный танец, современные танцевальные направления.

**Вид** Программы – модифицированная.

**Цель** Программы – формирование элементов общей культуры личности обучающихся (культуры танцевального движения, эрудиции в сфере танцевального искусства), их творческого начала, внутренней духовной гармонии и физического совершенствования, способствующих приобретению навыков успешности в реализации жизненных планов.

**Задачи** Программы:

*Образовательные*:

- обучить основным танцевальным направлениям Программы;

-обучить технике выполнения классического, народного и современного экзерсиса у станка и на середине зала;

- обучить практическому применению теоретических знаний;

-формировать навыки правильного и выразительного движения в классическом, народном и современном танцах;

- работа над техникой исполнения хореографических номеров.

*Воспитательные*:

-воспитание культуры личности обучающегося средствами хореографического искусства;

-формирование способностей художественного и эстетического восприятия, таких социально-психологических качеств человека, которые обеспечивают возможность эмоционально переживать и оценивать эстетически значимые предметы и явления;

-воспитание гражданской позиции и чувства патриотизма;

-воспитание силы воли, стремления доводить начатое дело до конца, заботливого отношения друг к другу, желания объединяться для коллективных композиций, понимания значений результатов своего творчества и чуткого отношения к творчеству сверстников;

- формирование навыков здорового образа жизни;

- профессиональное ориентирование старшеклассников.

*Развивающие*:

- развитие исполнительских навыков, природных данных ребенка;

-развитие мышечного чувства, мышечного корсета, правильной осанки, совершенствование умения управлять своим телом, развитие гибкости, пластичности, баллона;

- развитие ритмического слуха;

-развитие умения импровизировать под музыку, понимать её настроение и характер, передавать его танцевальными средствами;

- активизация творческого восприятия и мышления;

- развитие самостоятельности и самодеятельности, самоконтроля.

**Отличительной особенностью**Программы является, прежде всего, то, что в нее введен раздел «Игровые технологии» и «Танцевальные этюды с элементами импровизация», которые рассматриваются как возможность приобщения детей к творческой самодеятельности, реализации своих чувств и мыслей.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. В Программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Таким образом, особенность Программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, а также занятий по актерскому мастерству и развивающей и партерной гимнастике, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

**Ведущие теоретические идеи**, **на которых базируется Программа**

Теоретико-методологическая основа разработки Программы опирается на исследования в области возрастной педагогики, психологии, музыкального образования и творческой игры, педагогики и дидактики, художественного, хореографического, театрального воспитания, культурологии, искусствоведения. Хореография как средство развития личности рассматривается во многих теоретических науках: социологических, психологических, педагогических.

Детские хореографические коллективы, имеющие самый большой количественный состав (и с точки зрения числа коллективов, и с точки зрения количества участников в них), в системе художественного творчества обладают весьма значительным воспитательным потенциалом, определяемым природой хореографического искусства и необычными возможностями построения педагогического процесса.Для того чтобы правильно организовать педагогический процесс, необходимо понимание его теоретических основ, видение компонентов этого процесса: целей, задач, содержания, средств, форм, методов.

В современном педагогическом процессе наметились тенденции, свидетельствующие об его обновлении в вопросах единства, взаимовлияния, взаимопроникновения различных составляющих процесса воспитания и формирования личности.

Формируется современный подход к личности, основанный на идее природосообразности, культуросообразности, на принципах индивидуально-личностного развития (Ш.А. Амонашвили, В.В. Давыдов, Л.В. Занков, Б.Т. Лихачев), в том числе на занятиях искусством (А.П. Ершова, Е.М. Торшилова, Г.М. Цыпин, Л.В. Школяр, Б.П. Юсов и др.). В связи с этим определяется принципиально иной подход в понимании обучающегося, находящегося в процессе его становления как целостного индивида, способного к культурному саморазвитию.

Психолого-педагогические исследования о значении обучения, его содержании и методах организации учебно-воспитательного процесса с учетом психофизиологических возможностей детей у ряда ученых: Ю.К. Бабанского, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, И.Я. Лернера, С.Л. Рубинштейна, М.Н. Скаткина, В.А. Сухомлинского, Б.М. Теплова и др.

В области философских и искусствоведческих знаний, определяющих роль искусства, в том числе и хореографического: В.Ф. Асмус, Ю.Б. Борев, Г.Ф. Гегель, К.Э. Гилберт, А.Ф. Еремеев, А.Я. Зись, М.С. Каган, Н.И. Киященко, И.Я. Левяш, А.Ф. Лосев, Б.Т. Лихачев, В.Ф. Мартынов, В.А. Разумный и др.

Вопросы содержания и форм занятий хореографией в той или иной мере рассматриваются в научной литературе, касающейся обучения детей танцу. А.Я. Вагановой, А.А. Горским, B.C. Костровицкой, Ф.В. Лопуховым, A.M. Мессерером и другими преподавателями-хореографами разработаны методики обучения основам классического танца. Разработана методика обучения народному танцу А.И. Климовым, И.А. Моисеевым и др.

Ряд исследователей (Ф.М. Алекзандер, М. Фельдекрайз) доказали, что характер, мысли, чувства человека отражаются в «мускульном панцире», поэтому для реализации задач гармоничного развития детей важно знать и понимать, как «действует» тело.

Как отмечают признанные авторитеты профессионального хореографического мира О.М. Виноградов, A.M. Мессер, Н.И. Тарасов, деятельность наших педагогов до сих пор недостаточно исследована, и вся сложная система взаимосвязей творческих процессов в учебно-тренировочных классах остается еще малоизученной областью.

В педагогическом плане хореографическое искусство рассматривается как часть духовной культуры (М.М. Бахтин, Л.С. Выготский, Д.С. Лихачев), как духовный опыт приобщения личности к социуму (Г.М. Андреева, В.Н. Шацкая, В.И. Шепель), как возможность познавательной, социальной активности личности и творческого саморазвития (А.Л. Ершова. В.В. Медушевский, Л.П. Печко, Е.М. Торшилова, Л.В. Школяр, Б.П. Юсов).

В последние десятилетия достигнуты определенные результаты в исследовании педагогики хореографии: определена сущность и структура массовой хореографии (С.В. Акишев, Н.А. Евстратова, Е.Н. Михайлов); рассмотрен процесс хореографического взаимодействия: педагог – учащийся ( Е.А. Бодина, A.B. Долгополова, Т.Г. Севастьянихина); прослежены связи хореографии с другими видами искусств и связи хореографии с личностью ребенка, его потребностями и интересами (А.И. Буров, Т.Г. Севастьянихина, Л.П. Печко, Б.П. Юсов).

Огромный положительный опыт, доказывающий непосредственную взаимосвязь занятий хореографией с эстетическим воспитанием, накоплен в исследованиях педагогов и деятелей искусств: Л.Н. Богатковой, С.И. Букатиной, А.Я. Вагановой, Е.Д. Васильевой, Ю.Н. Григоровича, И.А. Моисеева, Ю.И. Плахта, Т.В. Пуртовой, М.М. Фокина, Б.В. Шаврова. По методике эстетического воспитания, направленного на обучение детей разнообразным видам художественно-творческой деятельности: А.В. Антоновой, О.А. Апраксиной, Л.Г. Арчажниковой, Н.А. Ветлугиной, В.В. Краевского, Т.С. Комаровой, B.C. Леднева, Л.А. Рапацкой, Н.М. Сакулиной, Е.А. Флериной.

В теории и практике изучения хореографического искусства как комплексного вида деятельности, включающего движения под музыку в соответствии с ритмом, темпом, характером музыки, как средства эстетического развития личности определяется большой интерес в исследованиях Э. Далькроза, Н.Г. Александровой, В.А. Гринера, М.А. Румер, Е.В. Коноваловой, С.М. Волконского и др.

Для определения педагогического потенциала хореографического искусства использованы такие ключевые понятия, как:

- эстетическое воспитание;

* социальное воспитание;
* хореография;
* искусство;
* творчество;
* самоактуализация;
* двигательная моторика;
* учебно-познавательная деятельность;
* индивидуальность.

*Эстетическое воспитание* – целенаправленное, систематическое воздействие на личность с целью ее эстетического развития, то есть формирования творчески активной личности, способной воспринимать и оценивать прекрасное в природе, труде, общественных отношениях с позиций эстетического идеала, а также испытывать потребность в эстетической деятельности.

*Социальное воспитание* – педагогическая система, обеспечивающая социокультурное вхождение молодежи в современное общество при полноценной реализации имеющегося личностного потенциала.

*Хореография -* самобытный вид творческой деятельности, подчиненный закономерностям развития культуры общества. Танец - это искусство, а всякое искусство должно отражать жизнь в образно-художественной форме. Специфика хореографии состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека она передает без помощи речи, средствами движения и мимики.

*Искусство* – это творческое отражение действительности, воспроизведение ее в художественных образах. Произведением искусства называют далеко не все творения, это должно быть нечто очень качественное, наиболее интересное и способное изменить сознание зрителя (слушателя). Искусство воспринимается человеком всеми органами чувств.

*Творчество* - есть психический процесс создания новых ценностей. Результат - создание новых материальных и духовных ценностей.

*Самоактуализация -* это непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов как свершение своей миссии или призвания, судьбы и т. п., как более полное познание и, стало быть, принятие своей собственной изначальной природы, как неустанное стремление к единству, интеграции или внутренней синергии личности.

*Двигательная моторика* - это устойчивый индивидуальный комплекс, безусловно, рефлекторных двигательных реакций, реализуемых в определенной последовательности в обеспечении позно-тонических функций (походку, почерк, осанку). Как видно из этого определения, основная цель состоит в формировании автоматизма [ходьбы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%BE%D0%B4%D1%8C%D0%B1%D0%B0), [осанки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D0%B0), синергического распределения активности мышц различного назначения в поддерживании [позы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B7%D0%B0) и двигательной активности, не связанной с профессиональными движениями, а являющейся базой для их реализации. Это индивидуальная пластика, грация, [поза](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B7%D0%B0), особенности жестикуляции, позволяющие безошибочно узнать знакомого [человека](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA) по [походке](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D1%85%D0%BE%D0%B4%D0%BA%D0%B0), не видя его лица.

*Учебно-познавательная деятельность* определяется как специально организуемое извне или самим обучаемым познание с целью овладения богатствами культуры, накопленной человечеством; это творческий процесс, в котором проявляются активность, самостоятельность, личная свобода и индивидуальная неповторимость.

*Индивидуальность* - совокупность характерных особенностей и свойств, отличающих одного индивида от другого; своеобразие [психики](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%BA%D0%B0) и личности индивида, её неповторимость, уникальность. Индивидуальность проявляется в чертах [темперамента](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82), [характера](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80), в специфике интересов, качеств перцептивных процессов. Индивидуальность характеризуется не только неповторимыми свойствами, но и своеобразием взаимосвязей между ними. Предпосылкой формирования человеческой индивидуальности служат анатомо-физиологические задатки, которые преобразуются в процессе воспитания, имеющего общественно обусловленный характер, порождая широкую вариативность проявлений индивидуальности.

**Этапы реализации программы**

*Подготовительный этап (сентябрь – ноябрь)*

Дети, поступая в хореографический коллектив, чаще не обладают какими-либо знаниями в области хореографии, поэтому вводный этап необходим, так как позволит обучающимся получить первоначальные знания о хореографическом искусстве. Также обучающиеся познакомятся с правилами поведения в танцевальном коллективе, структурой проведения занятий.

Первые занятия следует начинать с музыкально-ритмического воспитания, цель которого – развитие музыкального слуха и памяти, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений. Само название «музыкально-ритмическое воспитание» предопределяет важную роль музыки в процессе проведения занятий, на которых обучающиеся усваивают элементарные знания основ музыкальной грамоты, знакомятся со строением музыкального произведения, усваивают смысл и значение таких понятий, как музыкальный размер, такт, затакт, осознают роль музыкального вступления. Выполняя композиционные построения, обучающиеся приобретают навыки ориентировки в пространстве, умеют удерживать определённые интервалы. Параллельно с музыкально-ритмическим воспитанием необходимо приступить к разучиванию элементарных упражнений по материалу программы. Работа над постановкой корпуса, изучение позиций рук, ног, развитие элементарных навыков координации движений составляют содержание начального этапа обучения и являются той первоосновой, без которой невозможно профессиональное развитие обучающихся. Используется французская терминология, принятая во всём мире для классического танца, которая является интернациональной.

*Основной этап (декабрь – апрель)*

В дальнейшем происходит совершенствование всего комплекса профессиональных знаний и навыков, полученных за данный период обучения. Обучающиеся научатся свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей, применяя ранее изученные упражнения, в различных комбинациях, рисунках и танцах. У них начнет формироваться индивидуальный стиль, развиваться профессиональная память (запоминание специальных терминов, позиций, движений, рисунков и т.д.).

На данном этапе обучающиеся уже обладают первоначальной базой определенных знаний в области хореографии. Свободно ориентируясь в танцевальном зале, они овладеют практическими навыками постановочной деятельности. Обучающиеся могут использовать простейшую терминологию на занятиях.

Занятия на основном этапе предполагают развитие более сложных движений, комбинаций, рисунков и композиций. Обучающиеся смогут свободно различать движения и упражнения разных направлений в хореографии и технически правильно их выполнять. Овладеют методическими знаниями и более сложной терминологией. Сформируются начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике.

*Заключительный этап (май)*

На завершающем этапе происходит совершенствование всех практических и теоретических знаний, полученных за весь период обучения. Богатый репертуар, большое количество коллективных и сольных выступлений создают условия для самореализации личности. Коллектив успешно осуществляет концертную деятельность, участвует в фестивалях и конкурсах городского, регионального, всероссийского и международного уровней. Обучающиеся, их родители и педагог становятся сотрудниками в общем деле. Проводится дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью. Уделяется большое внимание сочинению танцевальных композиций на специально подобранном музыкальном материале.

Особое внимание уделяется индивидуальной работе с обучающимися при освоении технически сложных движений. Идет ориентирование на успех, совершенствование исполнительского и актёрского мастерства.

**Возраст обучающихся**

Программа рассчитана на обучение детей и подростков в возрастеот 5 до 17 лет.

Первый год обучения: 5-6 лет.

Второй год обучения: 7-8 лет.

Третий год обучения: 9-11 лет.

Четвертый год обучения: 12-14лет.

Пятый год обучения: 15-17 лет.

**Особенности возрастной группы**

Программа составлена с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся.

*Принято считать*:

от 3-х до 6-ти лет - дошкольный возраст,  
от 6-ти до 12-ти лет - младший школьный возраст,  
от 12-ти до 15-ти лет - средний школьный возраст (подростковый),  
от 15-ти до 17-ти лет - старший школьный возраст (юношеский).

К ***5-6-летнему*** возрасту дети способны заниматься хореографией. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

К ***6-7 годам*** дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Большое место в этом возрасте занимает игра - это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Учитывая все анатомо-физиологические способности данного возраста нужно строить занятия хореографического коллектива.  
 ***7-11 лет*** (1-3 класс) - в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограниченно и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В группах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.  
 ***11-14 лет*** (4-8 класс) - в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений. Развитие нервной и сердечно - сосудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности –

оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Однако затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Для этого возраста занятия могут проводиться 3 раза в неделю, продолжительностью до 1,5 часа. Происходит изучение более сложных движений, комбинаций, осуществляются более объемные постановочные работы.  
 ***15-17 лет*** (9-11 классы) - в физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой.

**Условия приема детей в хореографический коллектив**

Набор детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Отбор в группу первого года обучения по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого ребенка проявить себя в хореографии.

Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

Состав группы обучающихся постоянный. Смена части коллектива происходит по причине болезни, перемены места жительства или изменения интереса детей.

*Количество детей по годам обучения*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| Количество обучающихся | 12-20 | 12-15 | 12-15 | 12-15 | 12-15 |

**Формы занятий**

Занятия носят коллективный и индивидуальный характер.

Коллективная форма работы – основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, связанных с выявлением идейно-художественного содержания изучаемого хореографического произведения, его творческим

воплощением, а также способствует достижению исполнительского мастерства ансамбля в целом.Индивидуальная форма занятий предоставляет возможность учитывать возрастные и индивидуальные способности обучающихся. Такая форма занятий используется при работе с обучающимися категории «одарённый».

**Режим занятий**

1 год обучения – 2 раза в неделю (4 часа в неделю, 144 часа в год);

2 год обучения – 3 раза в неделю (6 часов в неделю, 216 часов в год);

3 год обучения – 3 раза в неделю (6 часов в неделю, 216 часов в год).

4 год обучения – 3 раза в неделю (6 часов в неделю, 216 часов в год).

5 год обучения – 3 раза в неделю (6 часов в неделю, 216 часов в год).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группа обучения | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| Часов в неделю | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| Часов в год | 144 | 216 | 216 | 216 | 216 |

Продолжительность одного академического часа для 3, 4 и 5 года обучения - 45 минут. Одно занятие включает в себя 2 академических часа. Продолжительность одного академического часа для 1 и 2 года обучения – 30 минут, одно занятие включает в себя два академических часа.

**Срок реализации** Программы – 5 лет.

Долгосрочность освоения Программы определяется:

-постепенным характером формирования физического аппарата обучающихся и в связи с этим последовательным усложнением образовательной программы;

-процессами психического развития ребенка;

-большим объемом материала, многопредметностью.

**Прогнозируемые результаты и способы их проверки**

Требования к знаниям и умениям определяются в зависимости от возрастной группы и этапа освоения Программы:

**I год обучения**

В результате освоения Программы обучающиеся будут

*знать*:

- единые требования о правилах поведения в хореографическом зале;

- требования к внешнему виду на занятиях;

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;

- хореографические названия изученных элементов.

*уметь:*

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;

- владеть корпусом во время исполнения движений;

- ориентироваться в пространстве;

- координировать свои движения;

- передвигаться в простейших рисунках;

- самостоятельно начинать и заканчивать движения под музыку;

- точно начинать движение после вступления.

**II год обучения**

В результате освоения Программы обучающиеся будут

*знать:*

*-* музыкальную грамоту;

*-* хореографические названия изученных элементов.

*уметь:*

- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;

- анализировать музыкальный материал;

- исполнять базовые элементы гимнастики и акробатики;

- иметь начальные навыки самостоятельной тренировочной работы;

- правильно исполнять рисунок танца;

- владеть приемами движения эстрадного танца.

**III год обучения**

В результате освоения Программы обучающиеся будут

*знать:*

**-** основные движения классического танца;

- положения стопы, пятки и носка рабочей и опорной ноги;

- разновидности батманов во всех направлениях.

*уметь:*

- исполнять движения с затакта;

- различать движения разных направлений современного танца.

**IV год обучения**

В результате освоения Программы обучающиеся будут

*знать:*

**-** положения рук и поз классического танца;

- темповые обозначения;

- танцевальные комбинации;

- особенности импровизации.

*уметь:*

- правильно исполнять движения при сохранении осанки, выворотности;

- грамотно исполнять экзерсис у станка;

-ориентироваться в зале, на сцене, принимать участие в массовых мероприятиях, соревнованиях, смотрах, конкурсах.

**V год обучения**

В результате освоения Программы обучающиеся будут

*знать:*

- требования, предъявляемые к IV году обучения;

- схемы танцевальных композиций и программ;

- выразительные средства музыки и танцев;

- основные сведения о разучиваемых современных танцевальных стилях, характерные особенности исполнения, происхождение, историю, современные тенденции развития;

- правила участия в соревнованиях.

*уметь:*

- технично исполнять движения из танцев;

- исполнять прыжки;

- грамотно исполнять упражнения у станка.

Критериями оценки освоения программного материала являются **личностные качества**, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий:

- творческое мышление, память, воображение, нестандартное мышление;

- умение выразить чувства;

- коммуникативные навыки;

- активность, сообразительность, умение импровизировать, двигаться под музыку;

- творческая индивидуальность;

- сформированность общей культуры;

- сформированность представлений о танцевальной культуре;

- развитый профессиональный интерес;

- преподавательские навыки при работе в качестве помощника руководителя коллектива.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив, а также достижения не только творческого характера, но и личностного. Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается. Танец - творчество коллективное, и если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение «здоровое». Если зритель стремится посмотреть выступления коллектива и в него стремятся новые люди, чтобы стать его учениками, значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Одним из главных критериев оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, республиканского, всероссийского и международного уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях учреждения и города и, конечно, поступление выпускников в учебные заведения хореографической направленности.

**Способы проверки результатов Программы**

С целью определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста обучаемых проводится диагностика уровня освоения учащимися образовательной программы.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- входной контроль;

- текущий контроль;

- промежуточный контроль;

- итоговый.

Во время проведения *входного контроля* осуществляется оценка исходного уровня знаний обучающихся перед началом образовательного процесса, определяется начальный уровень знаний, умений, навыков у обучающихся по данному направлению.

*Текущий контроль* осуществляется регулярно в течение всего учебного года (в рамках расписания).

*Промежуточный контроль* определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им Программы (пополугодиям).

*Итоговый контроль*проводится в конце учебного года (апрель - май)по всем дисциплинам и фиксируется в соответствующей документации. Итоговый контроль при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

Процедура оценки эффективности обучения на соответствующем этапе предполагает соотнесение следующих параметров и критериев с уровнями хореографической подготовки.

*Параметры, определяющие эффективность*

*хореографической подготовки на всех этапах*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Параметр** | **Уровни** | | | | |
| **Высокий** | | **Средний** | | **Низкий** |
| **Хореографические данные** | - Хорошая осанка  - Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах)  - Танцевальный шаг от 1200  - Высокий подъем стопы  - Очень хорошая гибкость  - Легкий высокий прыжок | | | - Не очень хорошая осанка  - Выворотность в 2 из 3 суставов  - Танцевальный шаг 900  - Средний подъем  - Не очень хорошая гибкость  - Легкий средний  Прыжок | - Плохая осанка  - Выворотность в 1 из 3 суставов  - Танцевальный шаг ниже 900  - Низкий подъем  - Плохая гибкость  - Нет прыжка |
| **Музыкально-ритмические способности** |  | - Отличное чувство ритма  - Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3пунктов)  - нервная  - мышечная  - двигательная  - Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку | | - Среднее чувство ритма  - Координация движений 2 показателя из 3  - Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку | - Нет чувства ритма  - Координации движений 1 показатель из 3  - Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением | |
| **Сценическая культура** | - Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене  - создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ | | | - Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене  - Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ | - Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене  - Не может создать сценический образ | |

**Формой подведения итогов** реализации Программы предполагаются: открытые уроки, зачёты, контрольные уроки, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года проводится отчётный концерт, т.е. оцениваются в основном презентабельные результаты.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы** | **Количество часов** | | | | |
| 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| 1 | Вводные занятия | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Игровые технологии | 20 | 20 | - | - | - |
| 3 | Ритмика. Элементы музыкальной грамоты | 44 | 44 | - | - | - |
| 4 | Танцевальные этюды с элементами импровизации | 8 | 8 | - | - | - |
| 5 | Спортивный танец | 44 | 44 | 24 | - | - |
| 6 | Классический танец | - | - | 40 | 40 | 40 |
| 7 | Народный танец | - | - | 30 | 40 | 50 |
| 8 | Эстрадный танец | - | 44 | 60 | 40 | - |
| 9 | |  | | --- | |  |   Современные танцевальные стили | - | - | - | 44 | 60 |
| 10 | Репетиционно-постановочная работа | 23 | 51 | 57 | 47 | 61 |
| 11 | Итоговые занятия | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
|  | Всего: | 144 | 216 | 216 | 216 | 216 |

**Учебно-тематический план 1 года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем занятий** | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Вводное занятие** | **1** | 1 | - |
| 2 | **Игровые технологии** | **20** | - | 20 |
| 2.1 | Мумия. Я умею так (координация движения) | 4 | - | 4 |
| 2.2 | Смешной хомячок. Подражаем животным (актерское мастерство) | 4 | - | 4 |
| 2.3 | Меня зовут… (на воображение) | 4 | - | 4 |
| 2.4 | Хлопаем в ладоши. Вернуть обратно (развитие чувства ритма) | 4 | - | 4 |
| 2.5 | Подари улыбку. Какая рука у соседа (повышение позитивного настроения) | 4 | - | 4 |
| 3 | **Ритмика, элементы музыкальной грамоты** | **44** | 8 | 36 |
| 3.1 | Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов) | 3 | - | 3 |
| 3.2 | Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена | 3 | - | 3 |
| 3.3 | Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки | 3 | - | 3 |
| 3.4 | Повороты головы, наклоны головы | 3 | - | 3 |
| 3.5 | Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону | 3 | - | 3 |
| 3.6 | Постановка корпуса | 5 | 2 | 3 |
| 3.7 | Основные положения ног: свободная и IV позиция | 5 | 2 | 3 |
| 3.8 | Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе | 4 | 1 | 3 |
| 3.9 | Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом) | 5 | 2 | 3 |
| 3.10 | Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкального произведения | 4 | 1 | 3 |
| 3.11 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе | 3 | - | 3 |
| 3.12 | Растяжка на полу; упражнения для гибкости спины | 3 | - | 3 |
| 4 | **Танцевальные этюды с элементами импровизации** | **8** | - | 8 |
| 4.1 | «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления | 1 | - | 1 |
| 4.2 | «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей | 1 | - | 1 |
| 4.3 | Партерный экзерсис – соединение элементов | 1 | - | 1 |
| 4.4 | «Снежинки» – импровизация | 1 | - | 1 |
| 4.5 | «Голуби» – этюд на построение и перестроение | 1 | - | 1 |
| 4.6 | «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук | 1 | - | 1 |
| 4.7 | «Лыжники» – импровизация | 1 | - | 1 |
| 4.8 | «Весеннее настроение» | 1 | - | 1 |
| 5 | **Спортивный танец** | **44** | 1 | 43 |
| 5.1 | Вводное занятие | 1 | 1 | - |
| 5.2 | ОФП | 18 | - | 18 |
| 5.3 | Гимнастика | 16 | - | 16 |
| 5.4 | Акробатика | 9 | - | 9 |
| 10 | **Репетиционно-постановочная работа** | **23** | - | 23 |
| 10.1 | Постановка, изучение танца | 10 | - | 10 |
| 10.2 | Отработка движений танца | 10 | - | 10 |
| 10.3 | Общеразвивающие упражнения | 3 | - | 3 |
| 11 | **Итоговые занятия** | **4** | - | 4 |

**Учебно-тематический план 2 года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем занятий** | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Вводное занятие** | **1** | 1 | - |
| 2 | **Игровые технологии** | **20** | - | 20 |
| 2.1 | Ласточка. Аист (на координацию движений) | 4 | - | 4 |
| 2.2 | Изгиб. Ромашка (познавательные игры) | 4 | - | 4 |
| 2.3 | Портрет. Музыкальный теремок | 4 | - | 4 |
| 2.4 | Пропоем, прохлопаем любимую мелодию (развитие слуха) | 4 | - | 4 |
| 2.5 | Колокол. Великий мастер (снятие внутренних зажимов) | 4 | - | 4 |
| 3 | **Ритмика** | **44** | 8 | 36 |
| 3.1 | Сильная и слабая доля, длительность, такт | 3 | - | 3 |
| 3.2 | Музыкальные размеры две четверти, три четверти, четыре четверти | 3 | - | 3 |
| 3.3 | Характер музыки, контраст, регистры, динамика, темп | 3 | - | 3 |
| 3.4 | Исходные положения – положения рук, ног, основная стойка | 3 | - | 3 |
| 3.5 | Основные приемы движения -быстро и медленно, «громко» и «тихо», напряженно и расслабленно, перенос тяжести тела (с одной ноги на другую, с носка на пятку) | 3 | - | 3 |
| 3.6 | Основные движения - ходьба, бег, прыжки | 5 | 2 | 3 |
| 3.7 | Основные элементы танца - приставной шаг, галоп, притоп, подскоки | 5 | 2 | 3 |
| 3.8 | Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки | 4 | 1 | 3 |
| 3.9 | Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом) | 5 | 2 | 3 |
| 3.10 | Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе | 4 | 1 | 3 |
| 3.11 | Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе | 3 | - | 3 |
| 3.12 | Растяжка на полу. Упражнения для гибкости спины | 3 | - | 3 |
| 4 | **Танцевальные этюды с элементами импровизации** | **8** | - | 8 |
| 4.1 | "Под дождем” – с использованием элементов pas польки, гопака, прыжков | 1 | - | 1 |
| 4.2 | «Оловянный солдатик» – марш, перестроения | 1 | - | 1 |
| 4.3 | Этюд для выработки пластичности и выразительности рук | 1 | - | 1 |
| 4.4 | Импровизация на музыку П.И.Чайковского «Времена года» | 1 | - | 1 |
| 4.5 | «Кукла» – с использованием элементов классического танца | 1 | - | 1 |
| 4.6 | «Вальс» – для закрепления изученных движений | 1 | - | 1 |
| 4.7 | Вариации с включением изученных элементов | 1 | - | 1 |
| 4.8 | «Весеннее настроение» | 1 | - | 1 |
| 5 | **Спортивный танец** | **44** | 3 | 41 |
| 5.1 | Беседа: «Танец и спорт»  -Фигурное катание;  -Художественная гимнастика;  -Гимнастика и акробатика в современном танце | 3 | 3 | - |
| 5.2 | ОФП | 16 | - | 16 |
| 5.3 | Гимнастика | 16 | - | 16 |
| 5.4 | Акробатика | 9 | - | 9 |
| 8 | **Эстрадный танец** | **44** | 1 | 43 |
| 8.1 | Линейные построения – линия, колонна, шахматный порядок | 4 | - | 4 |
| 8.2 | Круговые построения | 4 | - | 4 |
| 8.3 | Положения в парах | 4 | - | 4 |
| 8.4 | «Воротца», «ручеёк», «фонтанчик», «звездочки» | 4 | - | - |
| 8.5 | Основные приемы и движения эстрадного танца | 6 | - | 6 |
| 8.6 | Основные приемы движения - пружинный, маховый, плавный | 4 | - | 4 |
| 8.7 | Базовые движения эстрадного танца | 7 | - | 7 |
| 8.8 | Этюдные композиции на основе движений эстрадного танца | 5 | - | 5 |
| 8.9 | Сценический шаг и поза | 2 | - | 2 |
| 8.10 | Мимика | 2 | 1 | 1 |
| 8.11 | Подражательные движения | 2 | - | 2 |
| 10 | **Репетиционно-постановочная работа** | **51** | - | 51 |
| 10.1 | Постановка, изучение танца | 20 | - | 20 |
| 10.2 | Отработка движений танца | 21 | - | 21 |
| 10.3 | Общеразвивающие упражнения | 10 | - | 10 |
| 11 | **Итоговые занятия** | **4** | - | 4 |

**Учебно-тематический план 3 года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем занятий** | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Вводное занятие** | **1** | 1 | - |
| 5 | **Спортивный танец** | **24** | - | 24 |
| 5.1 | ОФП | 8 | - | 8 |
| 5.2 | Гимнастика | 8 | - | 8 |
| 5.3 | Акробатика | 8 | - | 8 |
| 6 | **Классический танец** | **40** | 2 | 38 |
| 6.1 | История балетного искусства | 1 | 1 | - |
| 6.2 | Три школы классического танца: французская, итальянская, русская | 1 | 1 | - |
| 6.3 | Позиции ног | 3 | - | 3 |
| 6.4 | Позиции рук | 3 | - | 3 |
| 6.5 | Battements tendu:  а) с 1 позиции по всем направлениям;  б) с 5 позиции по всем направлениям;  в) passé par terre | 4 | - | 4 |
| 6.6 | Battements tendu jete по всем направлениям:  а) с 1 и 5 позиции;  б) piques | 3 | - | 3 |
| 6.7 | Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans | 3 | - | 3 |
| 6.8 | Battements fondues (по всем направлениям) носком в пол | 3 | - | 3 |
| 6.9 | Battements frappes (по всем направлениям) носком в пол | 3 | - | 3 |
| 6.10 | Battements releves lents (на 45 ‘) | 3 | - | 3 |
| 6.11 | Grands battements jete по 1 и 5 позиции (по всем направлениям) | 3 | - | 3 |
| 6.12 | Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позиции, с вытянутых ног на demi plie | 3 | - | 3 |
| 6.13 | Перегибания корпуса назад в сторону (лицом к станку) | 3 | - | 3 |
| 6.14 | Allegro:  Chasse en face  Temps sauté по 1, 2 и 5 позиции.  Changement de pieds  Pas echappe во 2 позицию  Petit pas вперед  Pas balance | 4 | - | 4 |
| 7 | **Народный танец** | **30** | 3 | 27 |
| 7.1 | Русские народные танцы | 1 | 1 | - |
| 7.2 | Хоровод. Рисунки хоровода | 1 | 1 | - |
| 7.3 | Сценические формы народного танца | 1 | 1 | - |
| 7.4 | Основные позиции ног и рук | 2 | - | 2 |
| 7.5 | Движения рук:  -Переводы рук из одного положения в другое.  -Волнообразные движения руками.  -Упражнения для кистей рук | 1 | - | 1 |
| 7.6 | Движения плеч:  -Вверх-вниз.  -Круговые.  -Акцентированные | 1 | - | 1 |
| 7.7 | Движения корпуса:  -Наклоны.  -Повороты.  -Круговые | 1 | - | 1 |
| 7.8 | Основные ходы:  -простой шаг с носка на 1/4, 1/8,1/16 такта;  - шаг с каблука; шаркающий ход;  - переменный шаг с полуприседаниями, с ударом ребром каблука | 1 | - | 1 |
| 7.9 | Бег:  -с соскоком, с подъемом коленей;  -с броском прямых ног | 1 | - | 1 |
| 7.10 | Маятникообразные движения по типу моталочки:  -моталочки продольные - основного вида;  -моталочки накрест | 1 | - | 1 |
| 7.11 | Движения на прыжковой подмене опорной ноги:  -основной вид подбивки;  -подбивка с переступанием;  -подбивка-маятник;  -отбивка с шагом и ударом | 2 | - | 2 |
| 7.12 | Дробные движения:  -Удары всей ступней (одинарные, с подскоком).  -Удары ребром каблука (поочередные, с подскоком) | 2 | - | 2 |
| 7.13 | Хлопки:  -Хлопки в ладоши согнутыми в локтях руками (пред собой, справа или слева).  -Хлопки в ладоши вытянутыми в локтях руками (спереди и сзади, вверху и внизу).  -Хлопки скользящие (перед собой – сверху вниз, справа или слева, сверху вниз) | 2 | - | 2 |
| 7.14 | Вращения на полупальцах | 2 | - | 2 |
| 7.15 | Работа над этюдами в характере русского танца.  Работа над номером | 11 | - | 11 |
| 8 | **Эстрадный танец** | **60** | 2 | 58 |
| 8.1 | История развития (конец XIX– ХХ века) | 1 | 1 | - |
| 8.2 | Направления современного танца (детский эстрадный танец) | 1 | 1 | - |
| 8.3 | Линейные и круговые построения | 1 | - | 1 |
| 8.4 | Прочёсы – линейные и диагональные | 1 | - | 1 |
| 8.5 | Движения в малых группах - пары, тройки, четверки | 1 | - | 1 |
| 8.6 | Движение в сложных построениях – «плетень», концентрические круги, «улитка», «карусель» | 2 | - | 2 |
| 8.7 | Разогрев | 4 | - | 4 |
| 8.8 | Комбинации на основе движений эстрадного танца | 4 | - | 4 |
| 8.9 | Стретчинг | 10 | - | 10 |
| 8.10 | Развитие внимания – сосредоточенность, переключение, устойчивость.  Развитие координации | 4 | - | 4 |
| 8.11 | Развитие ориентации.  Развитие чувства скорости и темпа | 4 | - | 4 |
| 8.12 | Разучивание лексики танца | 12 | - | 12 |
| 8.13 | Работа над рисунками танца | 11 | - | 11 |
| 8.14 | Работа над выразительностью исполнения | 4 | - | 4 |
| 10 | **Репетиционно-постановочная работа** | **57** | - | 57 |
| 10.1 | Постановка, изучение танца | 24 | - | 24 |
| 10.2 | Отработка движений танца | 23 | - | 23 |
| 10.3 | Общеразвивающие упражнения | 10 | - | 10 |
| 11 | **Итоговые занятия** | **4** | - | 4 |

**Учебно-тематический план 4 года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем занятий** | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Вводное занятие** | **1** | 1 | - |
| 6 | **Классический танец** | **40** | 3 | 37 |
| 6.1 | Беседа о балете «Лебединое озеро» | 1 | 1 | - |
| 6.2 | Беседа о балете «Жизель» | 1 | 1 | - |
| 6.3 | Беседа о балете «Щелкунчик» | 1 | 1 | - |
| 6.4 | Позиции ног | 2 | - | 2 |
| 6.5 | Позиции рук | 2 | - | 2 |
| 6.6 | Battements tendu :  а) с 1 позиции по всем  направлениям;  б) с 5 позиции по всем направлениям;  в) passé par terre | 3 | - | 4 |
| 6.7 | Battements tendu jete по всем направлениям:  а) с 1 и 5 позиции;  б) piques | 3 | - | 4 |
| 6.8 | Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans | 3 | - | 4 |
| 6.9 | Battements fondues (по всем направлениям) носком в пол | 4 | - | 4 |
| 6.10 | Battements frappes (по всем направлениям) носком в пол | 3 | - | 3 |
| 6.11 | Grands battements jete с 1 и 5 позиции (по всем направлениям) | 3 | - | 3 |
| 6.12 | Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позиции, с вытянутых ног на demi plie | 3 | - | 3 |
| 6.13 | Перегибания корпуса назад в сторону (лицом к станку) | 3 | - | 3 |
| 6.14 | Allegro:  Temps sauté по 1, 2 и 5 позиции.  Changement de pieds  Pas echappe по 2 и 5 позиции.  Petit pas chasse en face во всех направлениях en face и в позах.  Sissone simple | 5 | - | 5 |
| 7 | **Народный танец** | **40** | 3 | 37 |
| 7.1 | Гос. Ансамбль п/р И.Моисеева | 1 | 1 | - |
| 7.2 | Ансамбль «Березка» х/р М.Кольцова | 1 | 1 | - |
| 7.3 | Танцевальная труппа хора им.Пятницкого | 1 | 1 | - |
| 7.4 | Танцевальные ходы:  Переменный шаг (с ударом всей ступней, с подъемом на полупальцы, с каблука, с приставкой ноги).  Боковые ходы (припадания – основной вид, с двойным ударом полупальцами, накрест; приставной ход; боковой ход с перескоком, с подъемом на полупальцы, на перескоках с ноги на ногу).  «Гармошка».  «Молоточки» | 4 | - | 4 |
| 7.5 | «Веревочка»:  основной вид;  с ударом полупальцами;  с переступанием на ребро каблука;  с ударом ступней | 4 | - | 4 |
| 7.6 | «Моталочки»:  поперечные;  со скользящим ударом полупальцами | 4 | - | 4 |
| 7.7 | «Голубец»:  основной вид («низкий голубец»);  с шагом накрест;  с ударом и переступанием | 4 | - | 4 |
| 7.8 | Дробные движения:  двойные;  удар ребром каблука (поочередные, с подскоком, с перескоками);  сочетание ударов каблуками;  сочетание ударов каблуками и полупальцев | 4 | - | 4 |
| 7.9 | Вращения:  на припадании;  с подъемом на полупальцы обеих ног, одной ноги | 4 | - | 4 |
| 7.10 | Заключение танцевальных движений и комбинаций:  притоп простой и двойной;  соскок;  концовка (удар всей ступней, удар ребром каблука) | 3 | - | 3 |
| 7.11 | Работа над этюдами.  Работа над номером | 10 | - | 10 |
| 8 | **Эстрадный танец** | **40** | 2 | 38 |
| 8.1 | «Танец – сегодня» | 1 | 1 | - |
| 8.2 | «Жизненная энергия - шоу балет «Тодес» | 1 | 1 | - |
| 8.3 | Разогрев | **4** | - | 4 |
| 8.4 | Комбинации на основе движений эстрадного танца | 6 | - | 6 |
| 8.5 | Стретчинг | 4 | - | 4 |
| 8.6 | Развитие внимания – сосредоточенность, переключение, устойчивость.  Развитие координации | 4 | - | 4 |
| 8.7 | Развитие ориентации.  Развитие чувства скорости и темпа | 4 | - | 4 |
| 8.8 | Разучивание лексики танца | 6 | - | 6 |
| 8.9 | Работа над рисунками танца | 6 | - | 6 |
| 8.10 | Работа над выразительностью исполнения | 4 | - | 4 |
| 9 | **Современные танцевальные стили** | **44** | 1 | 43 |
| 9.1 | Стили и направления  Street Dance | 1 | 1 | - |
| 9.2 | Методика упражнений в характере стиля hip-hop | 6 | - | 6 |
| 9.3 | Методика упражнений в характере стиля house | 5 | - | 5 |
| 9.4 | Комбинации на основе движений стиля hip-hop | 20 | - | 20 |
| 9.5 | Комбинации на основе движений стиля house, jazz-funk и элементы break dance | 12 | - | 12 |
| 10 | **Репетиционно-постановочная работа** | **47** | - | 47 |
| 10.1 | Постановка, изучение танца | 24 | - | 24 |
| 10.2 | Отработка движений танца | 18 | - | 18 |
| 10.3 | Общеразвивающие упражнения | 5 | - | 5 |
| 11 | **Итоговые занятия** | **4** | - | 4 |

**Учебно-тематический план 5 года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела и тем занятий** | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Вводное занятие** | **1** | 1 | - |
| 6 | **Классический танец** | **40** | 2 | 38 |
| 6.1 | Терминология | 1 | 1 | - |
| 6.2 | Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога) | 1 | 1 | - |
| 6.3 | *Экзерсис у станка.*  Battement tendus pour batterie | 2 | - | 2 |
| 6.4 | Battements tendu :  а) с 1 позиции по всем  направлениям;  б) с 5 позиции по всем направлениям;  в) passé par terre | 2 | - | 2 |
| 6.5 | Battements tendu jete по всем направлениям:  а) с 1 и 5 позиции;  б) piques | 2 | - | 2 |
| 6.6 | III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой с переходом с опорной ноги | 2 | - | 2 |
| 6.7 | Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans | 2 | - | 2 |
| 6.8 | Battements fondues (по всем направлениям) носком в пол | 2 | - | 2 |
| 6.9 | Battements frappes (по всем направлениям) носком в пол | 2 | - | 2 |
| 6.10 | Grands battements jete | 3 | - | 3 |
| 6.11 | Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позиции, с вытянутых ног на demi plie | 3 | - | 3 |
| 6.12 | *Экзерсис на середине.*  Battements tendus en tournant en dehors en dedans.  Battements tendus jetes en tournant en dehors en dedans.  Rond de jambe par terre en tournant en dehors en dedans по1/8 круга (по усмотрению педагога) | 10 | - | 10 |
| 6.13 | *Allegro.*  Sissonne ouverte на 45 градусов во всех направлениях.  Sissonne tombe.  Pas balene.  Pas emboites.  Grand jete. | 8 | - | 8 |
| 7 | **Народный танец** | **50** | 6 | 44 |
| 7.1 | Формы народного танца. Сценический танец. | 2 | 2 | - |
| 7.2 | Танцевальная культура мордвы (хороводы-гадания, пляски-заклинания, магические танцы, детские танцевальные игры, календарные плясовые действа, свадебные пляски, переплясы, образные и сюжетные танцы) | 2 | 2 | - |
| 7.3 | Обряды и праздники мордвы. Особенности мордовского национального костюма. | 2 | 2 | - |
| 7.4 | *Экзерсис у станка:*  Demi и grand plié.  Battements tendus.  Battements tendus jetes.  Каблучные упражнения:  -основной вид;  -с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;  -бросок прямой ногой с сокращенной стопой.  Подготовка к flic – flac.  Характерный ronde de iambe и ronde de pied.  Выстукивания.  Battements fondus – основной вид.  Pas tortilla.  Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка».  Battements developpe.  Grand battements jetes. | 10 | - | 10 |
| 7.5 | *Упражнения лицом к станку:*  Подготовка к «голубцу».  Подготовка к «штопору» и «штопор».  Подготовка к «качалочке» и «качалочка».  Releve на п/п.  Перегибы корпуса. | 8 | - | 8 |
| 7.6 | «Моталочки»:  поперечные;  со скользящим ударом полупальцами | 2 | - | 2 |
| 7.7 | «Голубец»:  основной вид («низкий голубец»);  с шагом накрест;  с ударом и переступанием | 2 | - | 2 |
| 7.8 | Дробные движения:  двойные;  удар ребром каблука (поочередные, с подскоком, с перескоками);  сочетание ударов каблуками;  сочетание ударов каблуками и полупальцев | 2 | - | 2 |
| 7.9 | Вращения:  на припадании;  с подъемом на полупальцы обеих ног, одной ноги | 4 | - | 4 |
| 7.10 | Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок» | 2 | - | 2 |
| 7.11 | Методика изучения основных мордовских движений. Подскок с двумя притопами.  Припадания с двумя ударами.  Тройные удары.  Мордовский бег.  Трилистник.  Ход назад.  «Гармошка  «Веретено».  Перевод рук.  Повороты с притопами.  Бег с поворотом.  Тройной притоп.  Вращение.  Подскоки.  Двойная дробь или удар.  Приставной ход. | 14 | - | 14 |
| 9 | **Современные танцевальные стили** | **60** | 2 | 58 |
| 9.1 | Терминология.  История возникновения танца «Модерн». | 2 | 2 | - |
| 9.2 | Раздел «Изоляция»:  Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги.  Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.  Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.  Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. | 10 | - | 10 |
| 9.3 | Раздел «Координация»:  Свинговое раскачивание двух центров.  Параллель и оппозиция двух центров.  Координация движений рук и ног, без передвижения | 10 | - | 10 |
| 9.4 | Раздел «Уровни»:  Основные уровни: «стоя, сидя, лёжа».  Упражнения стрэч-характера в различных положениях.  Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.  Упражнения на contraction и release в положении «сидя». | 10 | - | 10 |
| 9.5 | Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»:  Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.  Шаги по квадрату.  Основные шаги афро-танца.  Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах. | 10 | - | 10 |
| 9.6 | Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.  Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца. | 18 | - | 18 |
| 10 | **Репетиционно-постановочная работа** | **61** | - | 61 |
| 10.1 | Постановка, изучение танца | 26 | - | 26 |
| 10.2 | Отработка движений танца | 24 | - | 24 |
| 10.3 | Общеразвивающие упражнения | 11 | - | 11 |
| 11 | **Итоговые занятия** | **4** | - | 4 |

**Содержание программы 1 года обучения**

**1.Вводное занятие**

Теория:

Знакомство с детьми. Введение в Программу «В мире танца», знакомство в игровой форме с одним из видов искусства - хореографией и содержанием Программы. Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду (форма одежды: купальник, юбочка, балетные тапочки, волосы убраны в узел; майка, шорты у мальчиков). Заполнение родителями заявлений со сведениями о детях.

*Техника безопасности.* Знакомство с правилами поведения и распорядком в МУ ДО «Центр эстетического воспитания детей», в танцевальном зале, сведения по технике безопасности.

**2. Игровые технологии**

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф. Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «взращивания» личности. Личностное самоопределение - это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций: мотивирующей, опосредующей, творчески преобразующей и само реализующей. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций.

Практика:

*Использование игровых технологий*. Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Смешной хомячок. Подражаем животным» (актерское мастерство), «Хлопаем в ладоши. Вернуть обратно» (развитие чувства ритма) и др.

**3. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

Данный раздел направлен на формирование и развитие музыкального слуха, а также на правильное развитие тела ребёнка, воспитывает первоначальные танцевальные навыки.

Теория:

Знакомство с основными положениями ног и рук. Постановка корпуса. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений. Изучение характера, темпа и ритма музыки; понятие «эмоциональная выразительность» - игра «улыбнулись, нахмурились»; понятие линии танца, «круг».

Практика:

Связь музыки и движения. Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

*Упражнения, развивающие музыкальные чувство:*

- Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).

- Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.

- Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки.

- Повороты головы, наклоны головы.

- Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.

- Постановка корпуса.

- Основные положения ног: свободная и IV позиция.

- Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе.

- Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).

- Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений.

- Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.

- Растяжка на полу.

- Упражнения для гибкости спины.

**4. Танцевальные этюды с элементами импровизации**

Активация и развитие творческих способностей. Первоначальные упражнения для умения выражать свои эмоции.

Практика:

**-** «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления.

- «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей.

- Партерный экзерсис – соединение элементов.

- «Снежинки» – импровизация.

- «Голуби» – этюд на построение и перестроение.

- «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук.

- «Лыжники» – импровизация.

- «Весеннее настроение».

**5. Спортивный танец**

Развитие обучающихся хореографического коллектива средствами гимнастики.

Теория:

Введение в раздел «Спортивный танец». Техника исполнения основных элементов спортивного танца и правила их исполнения.

Практика:

-ознакомление с основными элементами спортивного танца и правилами их исполнения: волны, равновесия, перевороты, базовые прыжки;

-развитие мышечного чувства, формирование правильной осанки, улучшение эластичности связок, подвижности суставов, силы мышц;

-развитие природных данных ребенка, основных исполнительских навыков.

*ОФП:*

- Методика развития гибкости.

- Методика развития прыгучести.

- Методика развития скоростно-силовых качеств.

*Гимнастика:*

- Равновесие (переднее, заднее).

- Волны (руками и телом).

- Прыжки (подскоки, разножки, «поджатые», «свечки»).

- Махи.

*Акробатика:*

- Мосты.

- Шпагаты.

- Стойки на плечах, перевороты через плечо.

**10. Репетиционно-постановочная работа**

Практика:

Разучиваются простые танцевально-ритмические комбинации и танцевальные этюды на основе пройденных движений. Музыкальное сопровождение должно соответствовать детской тематике и иметь четко выраженное квадратное построение.

В конце первого года обучения дети будут:

- иметь представление о двигательных функциях тела;

- иметь простые навыки двигательной координации и памяти;

- знать понятие «ритм»;

-знать понятия «вступление», «начало», «конец» хореографического предложения;

- уметь ориентироваться в танцевальном зале;

- иметь навыки исполнения простых комбинаций.

**11. Итоговые занятия**

Итоговое занятие проводится два раза в год.

Практика:

Первое полугодие - открытое занятие для родителей с последующим подведением результатов и игровой программой. Промежуточный срез знаний по темам. Второе полугодие - контрольное занятие с выставлением результатов в бланк успеваемости хореографического коллектива. Итоговый срез знаний по темам. Конец года - мини - концерт для родителей, участие в отчетном концерте хореографического коллектива.

**Содержание программы 2 года обучения**

**1.Вводное занятие**

Теория:

Знакомство с содержанием программы 2 года обучения. Правила поведения на занятиях, техника безопасности во время пользования техническими средствами и беседа об особенностях внешнего вида обучающегося.

**2. Игровые технологии**

Практика:

*Использование игровых технологий*. Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма:

«Ласточка. Аист» (на координацию движений), «Изгиб. Ромашка » (познавательные игры), « Колокол. Великий мастер» (снятие внутренних зажимов) и др.

**3. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

**Цель** данного раздела – научить обучающегося передавать характер музыки, её образное содержание через пластику движений.

Теория:

Постановка корпуса. Знакомство с основными танцевальными движениями.

Практика:

Сильная и слабая доля, длительность, такт. Музыкальные размеры две четверти, три четверти, четыре четверти. Характер музыки, контраст, регистры, динамика, темп.

*Упражнения, развивающие музыкальные чувство:*

- Исходные положения – положения рук, ног, основная стойка.

- Основные приемы движения – быстро и медленно, «громко» и «тихо», напряженно и расслабленно, перенос тяжести тела (с одной ноги на другую, с носка на пятку).

- Основные движения - ходьба, бег, прыжки.

- Основные элементы танца - приставной шаг, галоп, притоп, подскоки.

**4. Танцевальные этюды с элементами импровизации**

Активация и развитие творческих способностей. Упражнения для умения выражать свои эмоции.

Практика:

- «Под дождем» – с использованием элементов pas польки, гопака, прыжков.

- «Оловянный солдатик» – марш, перестроения.

- Этюд для выработки пластичности и выразительности рук.

- Импровизация на музыку П.И.Чайковского «Времена года».

- «Кукла» – с использованием элементов классического танца.

- «Вальс» – для закрепления изученных движений.

- Вариации с включением изученных элементов.

- «Весеннее настроение».

**5. Спортивный танец**

Совершенствование умений и навыков, приобретенных ранее. Укрепление двигательного аппарата. Формирование правильной осанки. Освоение новых акробатических элементов.

Теория:

Техника исполнения основных элементов спортивного танца и правила их исполнения. *Беседа «Танец и спорт» («Художественная гимнастика»; «Гимнастика и акробатика в современном танце»).*

Практика:

-ознакомление с основными элементами спортивного танца и правилами их исполнения: волны, равновесия, перевороты, базовые прыжки;

-развитие мышечного чувства, формирование правильной осанки, улучшение эластичности связок, подвижности суставов, силы мышц;

-развитие природных данных ребенка, основных исполнительских навыков.

*ОФП:*

- Методика развития гибкости.

- Методика развития прыгучести.

- Методика развития скоростно-силовых качеств.

*Гимнастика:*

- Равновесие (переднее, заднее, боковое).

- Волны (руками и телом).

- Прыжки (шагом, маховые)

- Махи.

- Повороты на двух ногах (приставлением, переступанием, скрестные).

*Акробатика:*

- Мосты.

- Стойки на руках.

- Перевороты боком, через плечо.

- Перелеты на подъем.

- Шпагаты.

**8. Эстрадный танец**

Эстрадные танцы как целая система танцевальных и физических упражнений, которые развивают ловкость, выносливость, гибкость, координацию движений, вырабатывают правильную осанку, укрепляют суставы и мышцы, учат ориентации в пространстве и вырабатывают чувство ритма.

Теория:

*Выразительность исполнения.* Сценический шаг и поза.Мимика.Подражательные движения.

Практика:

*Рисунок танца*

*-* Линейные построения – линия, колонна, шахматный порядок.

- Круговые построения.

- Положения в парах.

- «Воротца», «ручеёк», «фонтанчик», «звездочки».

*Основные приемы и движения эстрадного танца:*

- Основные приемы движения - пружинный, маховый, плавный.

- Базовые движения эстрадного танца.

- Этюдные композиции на основе движений эстрадного танца.

**10. Репетиционно-постановочная работа**

Практика:

-знакомство с музыкальным материалом постановки;

-изучение танцевальных движений;

-соединение движений в танцевальные композиции;

-разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

-отработка элементов;

-работа над музыкальностью;

-развитие пластичности;

-синхронность в исполнении;

-работа над техникой танца;

-отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;

-выразительность и эмоциональность исполнения.

**11. Итоговые занятия**

Итоговое занятие проводится два раза в год.

Практика:

Первое полугодие - открытое занятие для родителей с последующим подведением результатов. Промежуточный срез знаний по темам. Второе полугодие - контрольное занятие с выставлением результатов в бланк успеваемости хореографического коллектива. Итоговый срез знаний по темам. Конец года - мини - участие в отчетном концерте хореографического коллектива.

**Содержание программы 3 года обучения**

**1.Вводное занятие**

Теория:

Знакомство с содержанием программы 3 года обучения. Правила поведения на занятиях, техника безопасности во время пользования техническими средствами и беседа об особенностях внешнего вида обучающегося.

**5. Спортивный танец**

Совершенствование умений и навыков, приобретенных ранее. Укрепление двигательного аппарата. Формирование правильной осанки. Освоение новых акробатических элементов.

Практика:

-ознакомление с основными элементами спортивного танца и правилами их исполнения: волны, равновесия, перевороты, базовые прыжки;

-развитие мышечного чувства, формирование правильной осанки, улучшение эластичности связок, подвижности суставов, силы мышц;

-развитие природных данных ребенка, основных исполнительских навыков.

*ОФП:*

- Методика развития гибкости.

- Методика развития прыгучести.

- Методика развития скоростно-силовых качеств.

*Гимнастика:*

- Равновесие (переднее, заднее, боковое).

- Волны (руками и телом).

- Прыжки (шагом, маховые)

- Махи.

- Повороты на двух ногах (приставлением, переступанием, скрестные).

*Акробатика:*

- Мосты.

- Стойки на руках.

- Перевороты боком, через плечо.

- Перелеты на подъем.

- Шпагаты.

**6. Классический танец**

Классический танец обладает наиболее совершенной системой обучения и тренировки, основанной на глубоких анатомических и физиологических закономерностях. Освоение его создает основу для других хореографических дисциплин.

**Цель** предмета «классический танец» - выявление, воспитание и развитие суммы универсальных качеств, технических приемов и исполнительских навыков, составляющих потенциал исполнителей.

**Задачи** предмета:

**-** развитие двигательного аппарата обучающегося (подвижность в суставах, укрепление и эластичность связок, развитие определенных групп мышц);

- тренировка нервной системы, которая играет ведущую роль в исполнении движений и регулирует всю деятельность двигательного аппарата;

- совершенствование технической стороны танца, выработка мягкости и точности движений;

- развитие выразительности исполнения, координации движений, апломба.

Теория:

*История классического танца:*

*-* История балетного искусства.

- Три школы классического танца: французская, итальянская, русская.

Практика:

*Методика упражнений у станка.*

Постановка корпуса лицом к станку: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции.

Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног).

Demi – plies: I, II, III, V позиции.

Battements tendu:

а) с 1 позиции по всем направлениям;

б) с 5 позиции по всем направлениям;

в) passé par terre.

Battements tendu jete по всем направлениям:

а) с 1 и 5 позиции;

б) pique.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battements fondues (по всем направлениям) носком в пол.

Battements frappes (по всем направлениям) носком в пол.

Battements releves lents (на 45 ‘).

Grands battements jete с 1 и 5 позиции (по всем направлениям).

Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позиции, с вытянутых ног с demi plie.

Перегибания корпуса назад, поздние в сторону (лицом к станку).

Все движения проучиваются вначале лицом к станку, позднее держась одной рукой за станок.

*Allegro:*

Temps sauté по 1, 2 и 5 позиции.

Changement de pieds.

Pas echappe во 2 позицию.

Petit pas chasse en face вперед.

Pas balance .

**7. Народный танец**

Программой предусмотрено ознакомление с элементами следующих танцев: русский, танцы разных народов (по выбору педагога). Выбор танцевального материала зависит от подготовленности класса. Количество танцев различных народностей может быть уменьшено или увеличено. Изучение танцевального материала других народностей может быть продолжено в постановочном варианте на следующих годах обучения.

**Цель** - усовершенствование и улучшение подготовки исполнительского мастерства обучающихся хореографического коллектива.

**Задачи**  предмета:

- развитие всего организма, двигательного аппарата учащихся, подвижности в суставах, укрепление эластичности связок, тренировка нервной системы;

- привить ощущение характерной особенности народного танца, а так же развитие хореографического мышления;

- повышение технической стороны танца, выработка силы и гибкости, мягкости и точности исполнения движений, подготовка к восприятию на середине зала движений народных танцев.

Теория:

*История и современность народного танца.*

- Русские народные танцы.

- Хоровод. Рисунки хоровода.

- Сценические формы народного танца.

Практика:

*Методика движений в характере русского танца на середине зала:*

- основные позиции ног;

- основные положения рук;

- движения рук, плеч, корпуса, головы.

*Движения рук:*

- переводы рук из одного положения в другое;

- волнообразные движения руками;

- упражнения для кистей рук.

*Движения плеч:*

- вверх-вниз;

- круговые;

- акцентированные.

*Движения корпуса:*

- наклоны;

- перегибы;

- повороты.

*Основные ходы:*

- простой шаг с носка на 1/4, 1/8,1/16 такта;

- шаг с каблука; шаркающий ход;

- переменный шаг с полуприседаниями, с ударом ребром каблука.

*Бег:*

*-* с соскоком, с подъемом коленей;

- с броском прямых ног.

*Маятникообразные движения по типу моталочки:*

- моталочки продольные основного вида;

- моталочки накрест.

*Движения на прыжковой подмене опорной ноги:*

- основной вид подбивки, подбивка с переступанием, подбивка-маятник;

- отбивка с шагом и ударом.

*Дробные движения:*

- удары всей ступней (одинарные, с подскоком);

- удары ребром каблука (поочередные, с подскоком).

*Хлопки:*

- хлопки в ладоши согнутыми в локтях руками (пред собой, справа или слева);

- хлопки в ладоши вытянутыми в локтях руками (спереди и сзади, вверху и внизу);

- хлопки скользящие (перед собой – сверху вниз, справа или слева, сверху вниз).

*Вращения на полупальцах*.

*Постановочная работа:*

- Работа над этюдами в характере русского танца.

- Работа над номером.

**8. Эстрадный танец**

**Цель** предмета – дальнейшее знакомство с основными приемами и движениями эстрадного танца.

**Задачи:**

- развитие пространственного восприятия;

- совершенствование «мышечного чувства», координации;

- развитие творческих способностей.

Теория:

*История развития современного танца.*

История развития (конец XIX в – ХХ век);

Современные танцевальные направления (детский эстрадный танец)

Практика:

*Рисунок танца:*

- линейные и круговые построения;

- прочёсы – линейные и диагональные;

- движения в малых группах - пары, тройки, четверки;

- движение в сложных построениях – «плетень», концентрические круги, «улитка», «карусель».

*Методика упражнений эстрадного танца*:

- разогрев;

- комбинации на основе движений эстрадного танца;

- стретчинг.

*Исполнительское мастерство:*

- развитие внимания – сосредоточенность, переключение, устойчивость;

- развитие координации;

- развитие ориентации;

- развитие чувства скорости и темпа;

- развитие памяти.

*Постановка номера:*

- разучивание лексики танца;

- работа над рисунками танца;

- работа над выразительностью исполнения.

**10. Репетиционно-постановочная работа**

Практика:

-знакомство с музыкальным материалом постановки;

-изучение танцевальных движений;

-соединение движений в танцевальные композиции;

-разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

-отработка элементов;

-работа над музыкальностью;

-развитие пластичности;

-синхронность в исполнении;

-работа над техникой танца;

-отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;

-выразительность и эмоциональность исполнения.

**11. Итоговые занятия**

Итоговое занятие проводится два раза в год.

Практика:

Первое полугодие - открытое занятие для родителей с последующим подведением результатов. Промежуточный срез знаний по темам. Второе полугодие - контрольное занятие с выставлением результатов в бланк успеваемости хореографического коллектива. Итоговый срез знаний по темам. Конец года - участие в отчетном концерте хореографического коллектива.

**Содержание программы 4 года обучения**

**1.Вводное занятие**

Теория:

Знакомство с содержанием программы 4 года обучения. Правила поведения на занятиях, техника безопасности во время пользования техническими средствами и беседа об особенностях внешнего вида обучающегося.

**6. Классический танец**

На втором году обучения «Классическим танцем» продолжается работа над постановкой корпуса и овладением движений классического тренажа. Для развития силы ног увеличивается количество упражнений. Продолжается разучивание поз на середине зала.

Теория:

*Балеты «Золотого фонда»:*

- «Лебединое озеро»;

- «Жизель»;

- «Щелкунчик»;

Практика:

*Методика упражнений у станка.*

Постановка корпусау станка: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции.

Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.

Demi – plies: I, II, III, V позиции.

Battements tendu:

а) с 1 позиции по всем направлениям;

б) с 5 позиции по всем направлениям;

в) passé par terre.

Battements tendu jete по всем направлениям:

а) с 1 и 5 позиции;

б) pique.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battements fondues (по всем направлениям).

Battements frappes (по всем направлениям).

Battements releves lents (на 45 ‘).

Grands battements jete с 1 и 5 позиции (по всем направлениям).

Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позиции, с вытянутых ног с demi plie.

Перегибания корпуса назад, в сторону.

Все движения исполняются держась одной рукой за палку, затем на середине зала.

*Allegro:*

- Temps sauté по 1,2 и 5 позиции.

- Changement de pieds.

- Pas echappe во 2 и 5 позицию.

- Petit pas chasse en face во всех направлениях en face и в позах.

- Sissone simple.

**7. Народный танец**

**Цель** - воспитание у обучающихся умения передавать языком народного танца содержание танцевальной лексики, образы, сюжеты, созданные народом на протяжении веков.

**Задачи**  предмета:

- воспитание у учащихся умения передавать характер, стиль и манеру исполнения народных танцев;

- выработка танцевальной техники;

- развитие выразительности и музыкальности.

Теория:

*Ведущие коллективы народного танца:*

- Гос. Ансамбль п/р И.Моисеева.

- Ансамбль «Березка» х/р М.Кольцова.

- Танцевальная труппа хора им.Пятницкого.

Практика:

*Методика упражнений на середине зала.Танцевальные ходы:*

- переменный шаг (с ударом всей ступней, с подъемом на полупальцы, с каблука, с приставкой ноги);

- боковые ходы (припадания – основной вид, с двойным ударом полупальцами, накрест; приставной ход; боковой ход с перескоком, с подъемом на полупальцы, на перескоках с ноги на ногу);

- «Гармошка»;

- «Молоточки».

*«Веревочка»:*

- основной вид;

- с ударом полупальцами;

- с переступанием на ребро каблука;

- с ударом ступней.

*«Моталочки»:*

- поперечные;

- со скользящим ударом полупальцами.

*«Голубец»:*

- основной вид («низкий голубец»);

- с шагом накрест;

- с ударом и переступанием.

*Дробные движения:*

- двойные;

- удар ребром каблука (поочередные, с подскоком, с перескоками);

- сочетание ударов каблуками;

- сочетание ударов каблуками и полупальцами.

*Присядки:*

- по первой открытой позиции;

- с подскоком;

- с опусканием ноги на ребро каблука;

- присядка «разножка»;

- присядка с выпадом на ногу.

*Хлопушки:*

- одинарные удары ладонями по голенищу на переступаниях, с подскоком;

- одинарные удары ладонями по бедру;

- одинарные удары по подошве сапога.

*Вращения:*

- на припаданиях;

- с подъемом на полупальцы обеих ног, одной ноги;

*Прыжковые движения:*

- с поджатыми ногами;

- «козлик»;

- с перегибом корпуса назад «кольцо».

*Заключение танцевальных движений и комбинаций:*

- притоп простой и двойной;

- соскок;

- концовка (удар всей ступней, удар ребром каблука)

- опускание на колено.

*Постановочная работа:*

- работа над этюдами;

- работа над номером.

**8. Эстрадный танец**

**Цель** предмета – дальнейшее ознакомление с приемами и движениями эстрадного танца.

**Задачи:**

- развитие пространственного восприятия;

- совершенствование «мышечного чувства», координации;

- развитие творческих способностей.

Теория:

*Беседы на темы:*

- «Танец – сегодня».

- «Жизненная энергия - шоу балет «Тодес».

Практика:

*Методика упражнений эстрадного танца*:

- разогрев;

- комбинации на основе движений эстрадного танца;

- стретчинг.

*Исполнительское мастерство:*

- развитие внимания – сосредоточенность, переключение, устойчивость;

- развитие координации;

- развитие ориентации;

- развитие чувства скорости и темпа;

- развитие памяти.

*Постановка номера:*

- разучивание лексики танца;

- работа над рисунками танца;

- работа над выразительностью исполнения.

**9. Современные танцевальные стили**

Street Dance – это смесь различных танцевальных жанров и стилей, начиная от стиля hip hop и до break dance. Это стиль, так называемых, современных уличных танцев. Street Dance включает в себя элементы джаза и классики. Для этих танцев характерны быстрые импульсивные движения, неожиданные переходы от быстрого ритма к плавным движениям и непредвиденные замирания. Эти танцы очень полезны для человека с точки зрения развития координации движений, укрепления мышц рук и ног, развития дыхательной системы, развития внимания, реакции, механической памяти. Кроме того, формируется правильная осанка, уверенность в себе. Основной особенностью данного танцевального стиля является то, что он строится на импровизации и взаимодействии со зрителями и остальными исполнителями. Можно сказать, что уличный танец – это современный городской народный танец, отражающий последние веяния современных городских субкультур.

**Цель и задача** предмета - раскрепостить тело, научить свободно и непринужденно танцевать под современную танцевальную музыку.

Теория:

*Стили и направления* *Street Dance:*

hip hop, house, jazz-funk, locking, dubstep-dance и элементы break dance

Практика:

*Методика движений* Street Dance:

- Методика упражнений в характере стиля jazz-funk .

- Методика упражнений в характере стиля hip-hop.

- Методика упражнений в стиле house.

*Этюдные комбинации:*

- комбинации на основе движений стиля house;

- комбинации на основе движений стиля hip-hop.

**10. Репетиционно-постановочная работа**

Практика:

-знакомство с музыкальным материалом постановки;

-изучение танцевальных движений;

-соединение движений в танцевальные композиции;

-разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

-отработка элементов;

-работа над музыкальностью;

-развитие пластичности;

-синхронность в исполнении;

-работа над техникой танца;

-отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;

-выразительность и эмоциональность исполнения.

**11. Итоговые занятия**

Итоговое занятие проводится два раза в год.

Практика:

Первое полугодие - открытое занятие с последующим подведением результатов. Промежуточный срез знаний по темам. Второе полугодие - контрольное занятие с выставлением результатов в бланк успеваемости хореографического коллектива. Итоговый срез знаний по темам. Конец года - участие в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, республиканского, всероссийского и международного уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях учреждения и города.

**Содержание программы 5 года обучения**

**1.Вводное занятие**

Теория:

Знакомство с содержанием программы 5 года обучения. Правила поведения на занятиях, техника безопасности во время пользования техническими средствами и беседа об особенностях внешнего вида обучающегося.

**6. Классический танец**

Основными задачами этого года обучения являются: развитие силы ног путём введения полупальцев в экзерсисе у станка, развитие устойчивости, усвоение техники упражнений в более быстром темпе. В упражнениях у станка и на середине зала всё чаще используются позы, продолжается разучивание поз на середине зала. Начало некоторых упражнений переводится на затакт.

Теория:

1.Терминология.

2.Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

Практика:

*Методика упражнений у станка.*

1. Battement tendus pour batterie.
2. Battements fondus:

а) double на всей стопе и на п/п;

б) fondu tombe вперёд и назад, работающая нога в положении sur le cou- de-pied носком в пол, на 45 градусов;

в) battements fondus на 90 градусов.

3. Demi rond de jambe et grand rond de jambe developpe en dehors et an dedans на п/п.

1. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой с переходом с опорной ноги.
2. Pirouette en dehors et en dedans с temps releve.
3. Flic-flac en face (по усмотрению педагога).
4. Battements releves lents et battements developpes en face с plie releve:

а) на п/п;

б) c demi rond;

в) с поворотом от палки и к палке (по усмотрению педагога).

1. Grand rond de jambe jete en dehors et an dedans (по усмотрению педагога).
2. Grand battements jetes:

а) passer у колена;

б) passe par terre с окончанием на носок вперёд или назад en face (по усмотрению педагога).

*Экзерсис на середине.*

1. Battements tendus en tournant en dehors en dedans.
2. Battements tendus jetes en tournant en dehors en dedans.
3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors en dedans по1/8 круга (по усмотрению педагога).
4. Battements fondus:

а) на п/п;

б) с plie-releve на п/п;

в) demi rond de jambe на 45 градусов (по усмотрению педагога);

г) с tombe.

1. Battements frappes et battements double frappes на п/п.
2. Petits battements sur le cou - de - pied на п/п.
3. Grand rond de jambe developpes en dehors en dedans an face/

8. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на demi-plie.

1. VI port de bras (по усмотрению педагога).
2. Pas de bourree dessus-dessous an face.
3. Pas jetes fondu с продвижением вперёд и назад.

*Allegro.*

1. Sissonne ouverte на 45 градусов во всех направлениях.
2. Sissonne tombe.
3. Pas balene.
4. Pas emboites.
5. Grand jete.

**7. Народный танец**

На данном этапе обучения вводятся больше разнообразных ритмических рисунков. Рекомендуются более танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения.

Теория:

1. Формы народного танца.
2. Сценический танец.

Практика:

*Экзерсис у станка.*

1. Demi и grand plie по I, II, III, V позициям:

а) с акцентом вниз;

б) с акцентом наверх.

1. Battements tendus:

а) с переходом Р.Н.с носка на каблук;

б) с подъмом пятки О.Н.;

в) с plie момент перевода ноги на каблук.

1. Battements tendus jetes:

а) основной вид;

б) с demi-plie в момент броска;

в) с demi-plie в момент возввращения Р.Н. в III позицию;

г) с подъёмом пятки О.Н.

1. Каблучные упражнения:

а) основной вид;

б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.;

в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.

1. Подготовка к flic – flac:

а) основной вид;

б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;

в) с переступанием.

1. Характерный ronde de iambe и ronde de pied:

а) до стороны;

б) полный ronde;

в) с plie.

1. Выстукивания:

а) поочередные удары всей стопой;

б) двойные удары;

в) двойные с подскоком;

г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение;

д) «русский ключ» – простой.

1. Battements fondus – основной вид.
2. Pas tortille:

а) основной вид;

б) с двойным поворотом стопы.

1. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»:

а) основной вид;

б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх;

в) с разворотом бедра.

1. Battements developpe:

а) основной вид;

б) с plie.

12. Grand battements jetes:

а) основной вид;

б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук;

в) с demi-plie на О.Н. и задержакой ноги в воздухе.

*Упражнения лицом к станку:*

1. Подготовка к «голубцу».

2. Подготовка к «штопору» и «штопор».

1. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
2. Releve на п/п.
3. Перегибы корпуса.

*Экзерсис на середине. Элементы русского танца.*

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг.
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Металочки.
7. Дробные ходы.
8. Вращения.
9. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
10. Хлопушки.

Начало прохождения комбинаций, составленных из пройденных элементов русского танца.

*Особенности мордовского танца.*

**Цель** - формирование национальной культуры обучающихся в процессе изучения мордовского танца.

**Задачи:**

- научить особенностям мордовской пластики;

- познакомить с музыкой и рисунком танца.

Теория:

Танцевальная культура мордвы (хороводы-гадания, пляски-заклинания, магические танцы, детские танцевальные игры, календарные плясовые действа, свадебные пляски, переплясы, образные и сюжетные танцы).

Обряды и праздники мордвы. Особенности мордовского национального костюма.

Практика:

*Методика изучения основных мордовских движений.*

Движение 1. Подскок с двумя притопами. Исполняется на 1 такт.

Движение 2. Припадания с двумя ударами.

Движение 3. Тройные удары. Исполняется на 1 такт.

Движение 4. Мордовский бег. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 4 такта.

Движение5. Трилистник. Музыкальный размер 2/4.

Движение 6. Ход назад. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 1 такт.

Движение 7. «Гармошка» по шестой позиции. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 1 такт.

Движение 8. «Веретено». Музыкальный размер 2/4.

Движение 9. Перевод рук. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 1 такт.

Движение 10. Повороты с притопами. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 11. Бег с поворотом. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 12. Тройной притоп. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 13. Вращение. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 14. Подскоки. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 15. Двойная дробь или удар. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 16. Приставной ход. Музыкальный размер 2/4. Исполняются на 2 такта.

Движение 17. Переводы рук. Исполняется на 1 такт.

**9. Современные танцевальные стили**

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка познакомить обучающихся со многими направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как танец модерн.

Программой по данному предмету предусмотрены практические и теоретические занятия. Основу занятий составляет тренаж танца модерн. Эта дисциплина вводится в программу после того как освоены основы классического и народного танца. Так как модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу. В процессе обучения и овладения основами технических принципов танца модерн в программу включаются такие напрвления как dans street и conteporary.

**Задача** предмета – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов танца модерн.

Теория:

1. Терминология.
2. История возникновения танца «Модерн».

Практика:

*Раздел «Изоляция»:*

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.
3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.
4. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
5. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

*Раздел «Координация»:*

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция двух центров.
3. Координация движений рук и ног, без передвижения.

*Раздел «Уровни»:*

1. Основные уровни: «стоя, сидя, лёжа».
2. Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.
4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».

*Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»:*

1. Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.
5. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.

*Раздел «Комбинация или импровизация*»:

Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

**10. Репетиционно-постановочная работа**

Данный этап программы предполагает постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов танцев данной Программы. В зависимости от подготовленности участников коллектива возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла – идеи или воплощения определенного сюжета. Любой музыкальный материал должен соответствовать хореографическому замыслу. Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности обучающихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 4 до 6 танцевальных номеров в год, в том числе сольных.

Практика:

-знакомство с музыкальным материалом постановки;

-изучение танцевальных движений;

-соединение движений в танцевальные композиции;

-разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

-отработка элементов;

-работа над музыкальностью;

-развитие пластичности;

-синхронность в исполнении;

-работа над техникой танца;

-отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;

-выразительность и эмоциональность исполнения.

**11. Итоговые занятия**

Итоговое занятие проводится два раза в год.

Практика:

Первое полугодие - открытое занятие с последующим подведением результатов. Промежуточный срез знаний по темам. Второе полугодие - контрольное занятие с выставлением результатов в бланк успеваемости хореографического коллектива. Итоговый срез знаний по темам. Конец года - участие в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, республиканского, всероссийского и международного уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях учреждения и города.

**Методическое обеспечение Программы**

Обучение по Программе предполагает использование **основных форм работы**с обучающимися. Занятия как основная форма организации хореографической деятельности в учреждениях дополнительного образования делятся на индивидуальные, по подгруппам, групповые, фронтальные и коллективные. Групповая форма (группы формируются с учетом возраста детей, также различаются по половому признаку; группа может насчитывать от 10 до 12 человек; группа может состоять из участников какого-либо танца или этюда); фронтальная форма (предполагает совместную деятельность одной возрастной группы; для обучающихся ставятся одинаковые задачи, излагается программный материал); коллективная форма (такая форма применяется для проведения сводных репетиций, ансамблей, постановок танцев, где, например, задействовано несколько возрастных групп); индивидуальная форма и по подгруппам проводятся, чтобы уделить внимание развитию каждого обучающегося (занятия с солистами, наиболее одаренными обучающимися; также работа с детьми, не усвоившими пройденный материал, отстающими детьми).

Для создания условий раскрытия и развития творческого потенциала обучающихся, формирование у них устойчивой мотивации к занятиям хореографией и достижение ими высокого творческого результата используются различные методы организации учебно – воспитательного процесса.

**Методы обучения** в хореографическом коллективе могут классифицироваться следующим образом:

а) по источникам передачи и приобретения знаний, навыков и умений:

- методы словесные (например, объяснение);

- методы наглядные (например, демонстрация фильма);

- методы практические (например, упражнение);

б) по основным дидактическим задачам, реализуемым на конкретном этапе обучения:

- методы приобретения знаний (например, лекция);

- методы формирований навыков и умений (например, игра);

- методы применения знаний, навыков и умений (например, сочетание хореографического pas);

- методы закрепления, проверки знаний, навыков и умений (например, контрольный урок);

- методы репродуктивные (повторение педагогического задания, постановка танца по записи и другое);

- методы проблемно – поисковые или творческие (проблемное изложение, эвристическая беседа, творческие упражнения, самостоятельные наблюдения).

Классификация **методов воспитания** в хореографическом коллективе:

- методы формирования хореографического коллектива (например, дисциплина, самообслуживание, соревнование, самоуправление);

- методы формирования сознания (методы убеждения);

- методы педагогического стимулирования (например, требования, перспектива, поощрение, наказание, общественное мнение).

*Словесные методы обучения* (объяснение, диалог, беседа, консультация). Данный метод устанавливает тесный контакт между педагогом и обучающимся, что способствует более полному освоению программы по хореографии.

*Наглядный метод обучения*является одним из основных в программе обучения хореографии, т.к. именно через показ упражнений, танцевальной комбинации или танца происходит освоение и познание ребёнком хореографического искусства; использование фотографий и рисунков, видеоматериалов по различным жанрам танцевального искусства (классические, народно - сценические, современные).

*Метод практико – ориентированной деятельности,* в основе которого положены такие методы, как упражнения, тренинги, репетиция.

*Метод игры.* Использование на уроках различных игр: развивающих, познавательных, народных, а также игры, способствующие развитию музыкального слуха, внимания, глазомера, воображения у детей с учётом танцевальной специфики программы.

*Проведение занятий с использованием средств культуры,*использование музыки, литературы и видео в построении занятий.

*Психологические и социологические методы,* проведение анкетирования, психологических тестов для выявления индивидуальных личностных качеств ребёнка.

*Метод требования:*совет, убеждение, одобрение, приучение. Данный метод позволяет сформировать волевую сферу личности ребёнка. В процессе освоения Программы используется форма прямого требования, где освоение происходит путём конкретных требований с использованием понятных формулировок, и косвенного требования, где создаются ситуации для вызова у обучающегося неподдельного интереса, стремления постичь «мир танца». Для использования данного метода необходимо прибегать к игре в воображения.

*Упражнение -*многократное выполнение задаваемых действий, доведение их до автоматизма. Результатом упражнения является формирование устойчивых качеств личности.

*Метод стимулирования -* в основе лежит формирование у обучающихся осознанных побуждений к достижению определённой цели. Поощрение – как положительная оценка деятельности ребёнка; в свою очередь способствует положительному закреплению навыков, полученных в работе с танцевальным материалом.

Наказание в виде замечания также должно использоваться для предупреждения нежелательных поступков и поведения обучающегося.

*Метод мотивации.*Способствовать созданию на занятиях ситуации успеха обучающихся (совет, настрой, презентация).

*Метод коррекции.*Поведение педагога, которое направлено на формирование у обучающихся навыков психической и физической саморегуляции, развитие навыков анализа жизненных ситуаций. При использовании данного метода в Программе создаются условия, при которых ребёнок вносит изменения в своё поведение по отношению к окружающим. Используется положительный пример: реальный человек, сам педагог или литературный персонаж.

*Анализ деятельности*. Данный метод может использоваться для подведения итогов работы, а также при формировании танцевального репертуара и отработки танцевальных номеров.

*Метод воспитывающих ситуаций* (ситуация свободного выбора) - в определённой ситуации предоставляется возможность самостоятельно решить определённую проблему (будь то достижение танцевальных успехов или поведение в коллективе). Используется форма самоконтроля и взаимооценки.

*Метод внушения.* Данный метод воздействует на эмоциональную сферу и формирует у обучающегося определённые навыки в управлении своими эмоциями и чувствами (положительное воздействие - настрой слова, разъяснение, мимика и жесты).

Особое значение приобретает взаимодействие традиционных методов и инновационных педагогических подходов на занятиях с хореографическим коллективом.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты: современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей; педагогические аспекты творческой деятельности; методы развития межличностного общения в коллективе; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива; методы создания художественной среды средствами хореографии.

*Методическое обеспечение Программы*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел или тема Программы** | **Форма организации и форма проведения занятий** | **Методы приёмы организации учебно-воспитательного процесса** | **Дидактический материал, техническое оснащение занятий** | **Вид и форма контроля, форма предъявления результата** |
| 1. | Вводное занятие | Фронтальная | Наглядный  Словесный | Конспекты  Видеозаписи | Наблюдение |
| 2. | Игровые технологии | Фронтальная  Групповая  По подгруппам | Наглядный  Словесный  Практический | Аудиозаписи  Спец. литература | Наблюдение |
| 3. | Ритмика и элементы музыкальной грамоты | Фронтальная Групповая | Наглядный  Словесный  Практический | Аудиозаписи  Спец. литература | Наблюдение |
| 4. | Танцевальные этюды с элементами импровизации | Фронтальная Групповая  По подгруппам | Наглядный Словесный Практический | Компьютерные программные средства | Наблюдение |
| 5. | Спортивный танец | Групповая  Фронтальная Индивидуальная | Наглядный  Практический | Аудиозаписи.  Конспекты | Открытое занятие  Анализ исполнения |
| 6. | Классический танец | Групповая  По подгруппам Фронтальная  Индивидуальная | Наглядный  Практический | Аудиозаписи | Открытое занятие  Анализ исполнения |
| 7. | Народный танец | Групповая  Фронтальная Индивидуальная | Наглядный  Практический | Аудиозаписи  Спец. литература | Наблюдение  Анализ исполнения |
| 8. | Эстрадный танец | Групповая  Фронтальная Индивидуальная | Наглядный  Практический | Аудиозаписи  Спец. литература | Наблюдение Анализ исполнения |
| 9. | Современные танцевальные стили | Групповая  Фронтальная Индивидуальная | Наглядный  Практический | Аудиозаписи  Спец. литература | Наблюдение Анализ исполнения |
| 10. | Репетиционно-постановочная работа | Групповая  Фронтальная Индивидуальная По подгруппам | Наглядный  Словесный  Практический | Конспекты  Аудиозаписи | Отчетный концерт |
| 11. | Итоговое занятие | Фронтальная  Групповая | Практический | Аудиозаписи | Анализ исполнения, зачетная работа |

**Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:**

- аудио материалы с фонограммами;

- видео материалы с записями выступлений хореографического коллектива;

- видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов;

-альбом с фотографиями выступлений детского хореографического коллектива;

- тематическая литература по хореографии;

- методические разработки практических занятий, игровых упражнений;

- система усвоения детьми образовательной программы;

- тесты и другие формы проверки знаний;

- правила поведения на сцене;

- словари терминов.

Методическое обеспечение Программы регулярно пополняется.

**Материально-техническое обеспечение**

Для успешной реализации Программы необходимы специальные условия в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;

- хореографический станок;

- зеркальная стена;

- фортепиано;

- репетиционная форма;

- танцевальная обувь;

- музыкальный центр;

- колонки акустические (2шт.);

- комплект дисков с записями танцевальных мелодий, флэш-карты.

- коврики;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки).

**Список источников**

* 1. Федеральный закон от 29.12.2012 №ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации».
  2. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования / Рос. акад. образования ; под ред. А. М. Кондакова, А. А. Кузнецова. – М. : Просвещение, 2011.
  3. О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы (утв. Постановлением Правительства РФ от 1 июня 2012 г. № 761).
  4. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 – р.
  5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнитель­ным общеобразовательным программам» // Вестник образования. - 2014. - №3. - С. 55-65.
  6. Абдухакимова С. А., Василевская Е. В., Клёнова Н. В. Образовательно-методический комплекс в дополнительном образовании детей: назначение и технология разработки / С. А. Абдухакимова и др. Серия: Дополнительное образование детей: Московская методическая библиотека. – М. : МГДД(Ю)Т, 2009.

1. Базарова Н. П., Мей В. П. Азбука классического танца. – М., 2006.
2. Бочаров А. И., Лопухов А. В., Ширлев А. В. Основы характерного танца. – М., 2006.

9. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – СПб., 2003.

10.Вашкевич Н. Н. История хореография всех веков и народов /

Н. Н. Вашкевич. – СПб. : Лань ; Планета музыки, 2009.

11. Красовская Т. М. Русский балетный театр начала ХХ века. Хореографы.– СПб. : Лань ; Планета музыки, 2009.

12. Кюль Т. Энциклопедия танцев от А до Я. – М. : Мой мир, 2008.

13. Александрова Н. А. Танец модерн. – СПб. : Лань ; Планета музыки, 2007.

14. Танцуют все! Клубные, бальные, восточные танцы / Л. В. Браиловская, О. В. Володина [и др.]. – Ростов на/Д. : Феникс, 2007.

15. Раздрокина Л. Л. Танцуйте на здоровье! – Ростов на/Д. : Феникс, 2007.

16. Климов А. А. Основы русского народного танца. – М. : МГУКИ, 2004.

17. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М. : Владос, 2003.

18. Левинсон А. Я. Старый и новый балет. Мастера балета. – СПб. : Лань ; Планета музыки, 2008.

19. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М. : Владос, 2002.

20.Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М. : Владос, 2009.

21. Пуртова Т. В. «Учите детей танцевать» / Т. В. Пуртова, А. И. Беликова, О. В. Кветная. – М. : «Владос», 2003.

22. Ерохина О. В. «Школа танцев для детей». – Ростов на/Д. : «Феникс», 2003.

23. Зуева И. А. «Современные танцы». – Краснодар, 2008.

24.Вихрева И. А. «Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем» / И. А. Вихрева. – М. : Театралис, 2004.

25.Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Этюды / Г. П. Гусев. – М. : Владос, 2004.

26. Шипилова С. Г. Танцевальные упражнения / С. Г. Шипилова. – М., 2004.

27. Школа танцев для юных. – СПб., 2003.

28. Азбука классического танца / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – М., 2006.

29.Цорн А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А. Я. Цорн. – М. : Лань ; Планета музыки, 2011. – 544 c.

30. Роот З. Танцы в начальной школе. – М. : Айрис-пресс, 2006.

31. Никитин В. Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М. : Издательский дом «Один из лучших», 2006.

32. Шершнев В. Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М. : Издательский дом «Один из лучших», 2008.

33.Белибихина Н. А., Королева Л. А. Организация дополнительного образования в школе. Планирование, программы, разработки занятий – Волгоград : «Учитель», 2009.

34. Шутиков Ю. Н. Учебно – методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам – С. Петербург, 2006.

35. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать – М. : Век информации, 2009.

36.Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевальная – игровая гимнастика для детей [Текст] : учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. – СПб. : ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2007. – 352 с.

37.Семинар по здоровьесберегающим технологиям. Музыкально – ритмическое занятие «Времена года» (Муз. рук. Мельникова Е. В., хореограф Демидова А. Е.) 2010.

38. Фокина Е. Н. Нагрузки и здоровье ребёнка. Тезисы докладов и сообщений Международного научного симпозиума 11-14 июня 2009 г. – Тюмень : ТюмГу, 20с.

39.Фокина Е. Н. Влияние эстетического содержания образования на формирование общей культуры личности. Культурологические традиции российского образования и перспективы их развития в начале третьего тысячелетия: практ. пособие / Е. Н. Фокина. – Тюмень : ТюмГу, 2009. – 111 с.

40.Фокина, Е. Н. Хореографическое искусство как составляющая мировой культуры. Актуальные проблемы преподавания мировой культуры и глобализация образовательных процессов / Е. Н. Фокина. – М. : Издательский центр «Академия», 2010. – 154 с.

41. Уманский Л. И. Психология организаторской деятельности школьников / Л. И. Уманский. – М. : Просвещение, 2011. – 160 с.

42.Хуторской А. В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов. – М. : ИОСО РАО, 2012. – С. 135-157.

43.Хуторской А. В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций» // Интернет - журнал "Эйдос".

44. Шипилова С. Г. Танцевальные упражнения. – М., 2014.

45. Школа танцев для юных. – СПб., 2013.

**Интернет-ресурсы**

1. <http://www.dance-league.com/node/23642> [Энциклопедия по хореографии];

2.<http://www.dance-league.com/node/12031> [Онлайн уроки танца, лучшее видео, преподаватели и школы танца, современные танцы и танцевальные шоу, новости танца. Танцевальная лига];

3. <http://secret-terpsihor.com.ua/> [Секреты терпсихоры];

4.<http://dance-school.com.ua/novosti/nuzhnye-knigi-dlya-khoreografov.html> [Искусство балетмейстера. Нужные книги для хореографов];

5. [secret-terpsihor.com.ua](http://www.yandex.ru/clck/jsredir?from=www.yandex.ru%3Byandsearch%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1321.R_xcRkTSscWa_OLTgDOBiA-p15O2yJpT2LZ3rCunNCBmnGjp_lxx2qBNaTgXm8SkcJ95BFmEj5KG2bmhzOcSsF31QYpZpjcfwakWuhCw8OM.6be6a035ae99a6aa70a3a87e203cbe71e55ed362&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtJXex15Wcbo_NBjVzNMAXFjf5wPDEAc2FgMJ0WLt8Xl-&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxcms3b09aNkNwSGxlRkxCWHFydmtnd1E5YzlFR3Y1TUphUWNISW5LZDdwOXFPaXpiajdEdXI2cDQzbXFrNmZtZ2thempydjh5OVhuOGEwOWFVOUFlMDA&b64e=2&sign=7ce6b46003f257996fd6fb3a8a9bef4b&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ4CiF6OxvZkNH_TxJypiB2sld2DH02ayrn18qkFmVoGWgswkLA5PcdV1e_iauJPTI_DsPGSq_Bft0z-0LGbEpkpO4DWCWyGJg2UsefqnfYQ8lBHDVSkBPpTrrotdBOaySerjE8vDsDevYjDPdt7bo9wdecNOgg7u7U83A1Ji0vKDMZueZljlmmBA7xoPKIp-j_CsjdC5CVwJ3Es1zgSyKlN91cfTvfhKD4muO7dQ69Yv_0qgCjzPuVLh_hlu1exd5rfAQE-O9tc5P4x4UigFJH_qKQKcoxQKdNq4U0YO1_mX2nIxnnIob8k-0Vu2uQ0aTwfDRNfmHEO_PZQMUV-wWEPXBoSxYpPfD9cK1SNRlmEybTCy3s5WjHIxQiEF7AaaM10gqlJuu8ClawBOdJx7XL_bqfzhK5uxLs8qtzwZic6MeBzDX_00Cn93cia5tteJl29oKRewzDRPI0XlqWwZmvhmsI2vHV8rCh6cpev8dg8g55P-O8mk_2URPVzcx0tiPIQ0WgI7pzLvt9fMOyzyxU6u-vEaFEJNgJRJ8aZfC6mNdnXtC_vJncUprWYVfU0AtDtgKe0EO87VrmE3sE8n3bawVbKnwYnWsg&ref=orjY4mGPRjlSKyJlbRuxUiMagqD7IEChNIhECNn1bzr2qM9KeM0leTNrt1933r2ZaGIwzJfH9CST457OMXTeaF34ojrTN8F12E8nvLur8JMQsKoWIqqkYGcPKeFIQCyuOW4SXk3Rmhc-0yL76mMlgv5E5ph1pY-9x3jStYKv_8FHCbtzay9Lcks5E0h9WNrz14vZMR8DUOFwfp6JtvbHAw3vy3ef7luGOl6FwbdH57cjrGkdOFo0vYj35yjmpGIvHkdMOIt0H-JuhZAHzjzJymqPxCZu8eTya9nn3AYHu2L7pxv5RKSH9ztxxIr7DqpbzGGU9dv6_UQ_g6FrJhXllg&l10n=ru&cts=1486149155573&mc=5.632030007604624)›[Копилка хореографа](http://secret-terpsihor.com.ua/2012-02-26-12-13-44.html) [Секреты терпсихоры];

6. [horeograf.com](http://www.horeograf.com/) [Все для хореографов и танцоров];

7.[nsportal.ru](http://nsportal.ru/)›[stupnikova-svetlana-aleksandrovna](http://nsportal.ru/stupnikova-svetlana-aleksandrovna) [Сайт преподавателей-хореографов, концертмейстеров по классу хореографии дополнительного образования];

8.<http://www.gallery.balletmusic.ru/> [Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея];

9. <http://www.balletmusic.ru/> [[Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка](http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=visit&lid=99400" \t "new)];

10. <http://www.russianballet.ru/> [Журнал «Балет»];

11. [http://www.balletmusic.ru](http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=visit&lid=99400) [Балетная и танцевальная музыка];

12. [http://www.ballet.classical.ru/](http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=visit&lid=16451) [Маленькая балетная энциклопедия];

13.[http://sov-dance.ru/](http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=visit&lid=110632) [Национальная Академия Современной хореографии];

14.[http://www.psychology.nm.ru/tren04.html](http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=visit&lid=16714) [Терапия искусством: танцевально-двигательные тренинги];

15.[http://sov-dance.ru/](http://www.edu.ru/modules.php?page_id=6&name=Web_Links&op=modload&l_op=visit&lid=110632) [Национальная Академия Современной хореографии].

***Приложение 1***

**Терминологический словарь**

***Адаптация*** – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или корректировке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.

***Анкетирование -*** метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.

***Апломб -*** устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.

*А****рабеск***– основная поза классического танца.

***Беседа*** – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.

***Внеклассная воспитательная работа*** – организация педагогом разных видов деятельности воспитанников во внеурочное время.

***Выворотность*** – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

***Группа*** – относительно стабильная совокупность людей, связанных общими отношениями, деятельностью, ее мотивацией и нормами.

***Деми и гранд плие*** – маленькие и большие приседания.

***Деятельность*** – форма психической активности.

***Жест, язык жестов*** – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.

***Завязка*** – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.

***Инициатива***– внутреннее побуждение к самостоятельным, активным новым формам деятельности.

***Классический экзерсис*** – комплект упражнений и движение, который исполняется сначала у станка, затем на середине зала.

***Классический танец*** – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.

***Композиция*** – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.

***Компетентность*** – уровень образованности личности.

***Координация*** – соответствие и согласие всего тела.

***Концовка***– окончательное движение, характерное для мужского танца.

***Кульминация*** – постепенное нагнетание действия.

***Личностный подход*** – последовательное отношение педагога к воспитаннику, как к личности.

***Мотивация***– совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

***Мотив*** – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности; осознаваемые причины, которые обуславливают выбор действий и поступков.

***Музыкально-подвижные игры*** – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.

***Наглядность*** – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

***Натянутый подъем*** – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.

***Образовательный мониторинг*** – форма организации сбора, хранения, обработки и распространения информации о деятельности педагогической системы, обеспечивающая непрерывное отслеживание ее состояния и прогнозирование ее развития.

***Практика*** – материальная, целеполагающая деятельность человека.

***Подбор репертуара*** – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.

***Подъем сокращенный*** – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.

***Поза*** – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.

***Познавательная деятельность*** – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая используется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

***Позиции ног*** – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.

***Позиции рук*** – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

***Постановка тела*** – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.

***Педагогическая диагностика*** – система специфической деятельности педагогов, призванная выявить определенные свойства личности для оценки (измерения) результатов обучения и воспитания.

***Релеве*** – поднимание на пальцах.

***Рисунок танца*** – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.

***Ритмика*** – выразительное движение, тесно связанное с музыкой.

***Роль***– образ, воплощенный в сценической версии.

***Репертуар*** – подбор произведений, исполняемых в концертах.

***Рефлексия***– внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

***Репетиция***– подготовительное, пробное исполнение произведения.

***Самостоятельная работа*** – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.

***Стопа*** – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющий опорой тела человека и регулятор функции равновесия.

***Сюжет*** – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.

***Танцевальный шаг***– амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.

***Тестирование*** – метод получения информации, основанный на выполнении пробных заданий, прохождении испытаний.

***Толерантность*** – терпимость и принятие иных верований, национальных обычаев и традиций.

***Ценность*** – принятое в философии, этике, социологии понимание, с помощью которого характеризуется социально-историческое значение чего-либо для общества и личности, имеющего личностный смысл для индивидов определенных явлений действительности.

***Школа танца*** – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.

***Умение*** – освоенный способ выполнение действия.

***Эмоциональный настрой*** – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

***Язык танца*** – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.

***Приложение 2***

**Психофизический тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности** *Методический комментарий:*

Данный тренинг необходим для раскрытия творческого потенциала любого учащегося. Он развивает внимание, воображение, фантазию, свободу мышц, умение общаться, чувство партнера и импровизации и многие другие качества, необходимые юному артисту. Развивается креативное мышление, способность мгновенно проявлять на подсознательном уровне, даже вытаскивать из глубин своего «я» творческий образ.

***Упражнение на развитие сценического внимания.***

Задание 1. Повторяя движение за педагогом, дети должны хлопнуть в ответ - как бы поймать хлопок. В данном упражнении потом можно похулиганить – промахнуться в хлопке, сымитировать хлопок, но не хлопнуть. Теперь мы представляем, что нас связывают невидимые нити и надо поймать движения педагога. Это могут быть движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад.

Задание 2. По хлопку мы замираем в различных формах, фигурах, изображая какую – либо эмоцию, пытаясь поймать хлопок всем телом. Чем интереснее фигура, тем лучше, т.е. то, что первое придет в голову.

***Упражнение на развитие творческой свободы.***

Задание 1. Перед каждым ребенком как будто бы стоят баночки с разными красками, а все пространство вокруг - это большой холст. Под приятную детскую музыку дети начинают рисовать вокруг себя картины, импровизируя на ходу. Рисуем картины раскрытой ладошкой, показывая и процесс макания ладошки в краску.

Задание 2. Повторяет первое, но теперь мы включаем разные уровни пространства: лежа на полу, сидя на коленях, сидя на корточках, в plie, стоя, поднимаясь на полупальцы, включая прыжок.

***Упражнения на работу в пространстве.***

Задание 1. Начинаем двигаться по залу, занимая всю площадку так, чтобы не осталось ни одного свободного места. Всего 10 скоростей движения, 5ая – обычный шаг. Ходим на разных скоростях.

Задание 2. Ходим, изображая паутинку, гром и молнию, пластилин, утреннее облако, гусеницу, финтифлюрду.

*Методический комментарий:*

Очень важно делать по хлопку, так нет возможности подумать - это рушит стереотипы. Выскакивает первый спонтанный образ, не дать успеть вспомнить, подумать, как это должно быть правильно, надо бояться повторяться. Что такое «финтифлюрда» не знает никто, но то, что вспыхивает первое, то и правда.

***Упражнения на взаимодействие.***

Задание 1. Разбиваемся на тройки и таким же образом, долго не думая, пытаемся изобразить: работающий вентилятор, бутерброд, кактус, жирафа. Задание 2. В парах можно сделать упражнение «кукловод», изображая кукол – марионеток и кукловода.

Задание 3. Упражнение на групповое взаимодействие « Стоп кадр». Делимся на две большие группы. В каждой группе распределяемся, кто на какой счет делает движение: на «раз» - выбегает один, замирая в позе, на «два» - выбегает следующий и замирает в позе, продолжая картинку и т. д. В конце мы смотрим, какой стоп кадр получился, какое взаимодействие получилось и как мы друг друга понимаем.

***Упражнения на развитие мышц лица.***

Задание 1. Смотря в маленькое зеркальце, состроить всевозможные рожицы, делать это до тех пор, пока не устанут мышцы лица.

Задание 2. Убрать зеркальце и состроить рожицы своим товарищам и при этом не рассмеяться.

Задание 3. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву «А».

Задание 4. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву «О».

Задание 5. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву «У».

Задание 6. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву «Ы».

Задание 7.Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы «А» и «О».

Задание 8. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы «У» и «Ы».

Задание 9. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы «А» и «Ы».

Задание 10.Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы «У» и «О».

*Методический комментарий:* Важно, чтобы дети держали звук или маску на протяжении всей танцевальной комбинации или номера, чтобы уставали мышцы лица. Детям - этот процесс очень интересен, все проходит довольно весело. Кто не выдерживает и начинает смеяться. Со временем включается механизм ассоциаций. В процессе выступления на сцене, они вспоминают этот веселый момент на уроке, маску, которая у них ассоциируется именно с этим танцевальным номером, естественно передавая те или иные эмоции. Занятия по развитию мышц лица обогащают исполнительское мастерство детей, мышцы лица делаются более свободными, улыбка естественной. Это дает максимальную свободу для техничного исполнения номера. Система творческих заданий помогает достичь следующих результатов: в процессе занятий дети научатся креативно мыслить, у них проявится раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене; дети избавятся от многих комплексов и зажимов, получат свободу общения, сформируются микроклимат и условия для развития творческой свободы уникальной растущей личности ребенка, ее самореализации.

***Приложение 3***

**Хореографическая терминология, использующаяся на занятиях классическим танцем**

Хореографическая терминология - система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий. Экзерсис у опоры или на середине - это комплекс тренировочных упражнений в классическом танце, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика. Экзерсис выполняется у «станка» и на середине учебного зала, он состоит из одних и тех же элементов.

Терминология разбита на группы:

Exercise у станка и на середине зала.

Положения, направления, позы, дополнительные движения.

Прыжки.

Вращения.

**Exercise у станка и на середине зала.**

PREPARATION [препарасъон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

DEMI PLIE [деми плие] – неполное, маленькое «приседание», полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

GRAND PLIE [гранд плие] - глубокое, полное «приседание».

BATTEMENT TENDU [батман тандю] – отведение и приведение вытянутой ноги в нужное направление, не отрывая носка от пола.

BATTEMENT TENDU JETÉ [батман тандю жете] - «бросок», взмах вытянутой ноги в положение 25°, 45° в нужное направление.

ROND DE JAMB PAR TERRE [ронд де жамб пар тер] - круг носком по полу круговое движение носком по полу.

BATTEMENT SOUTENU [батман сотеню] – выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное, слитное движение.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] - «мягкое», «тающее», плавное движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого "рабочая" нога приходит в положение sur le cou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и "рабочая" нога открывается вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT FRAPPE [батман фраппе] - «удар», движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT DOUBLE FRAPPE [батман дубль фраппэ] – движение с двойным ударом.

PETIT BATTEMENT [пти батман] - «маленький удар» - поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье впереди и сзади опорной ноги.

ROVD DE JAMBE EN L'AIR [рон де жамб анлер] - круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°.

ADAJIO [адажио] - медленно, плавно включает в себя гранд плие, девлопе, релеве лян, все виды равновесий, пируэты, повороты. Слитная связка на 32, 64 счета.

BATTEMENT RELEVE LENT [релеве лян] - «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание вытянутой ноги вперед, в сторону или назад на 90° и выше.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание, раскрывание ноги вперед, назад или в сторону скольжением "рабочей" ноги по опорной в нужное направление.

GRAND BATTEMENT [гранд батман] - «большой бросок ,взмах» на 90° и выше вытянутой ноги в нужное направление.

BALANCOIRE [балансуар] – «качели», применяется в grand battement jete.

**Положения, направления, позы, дополнительные движения.**

ALLONGEE [алонже] – от гл. Удлинить, продлить, вытянуть; движение из адажио, означающее вытянутое положение ноги и скрытую кисть руки, завершающее движение рукой, ногой, туловищем, положение удлиненной руки.

APLOMB [апломб] – устойчивость.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой вытянутая нога отводится назад на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ATTITUDE [аттитюд] – поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута.

BALANCE [балансе] – «качать, покачиваться»; покачивающееся движение. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже - вперед-назад.

BATTEMENT [батман] – размах, биение.

BATTEMENT AVELOPPE [батман авлоппе] - противоположное battement developpe движение, "рабочая" нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию.

COUPE [купе] - подбивание; отрывистое движение, короткий толчок, быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CROISEE [круазе] – поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

DEGAJE [дегаже] - освобождать, отводить «переход» из стойки на левой правую вперед на носок, шагом вперед через полуприсед по IV позиции, выпрямляясь, стойка на правой, левую назад, на носок. Из стойки на левой правая в сторону на носок, шагом в сторону через полуприсед по II позиции стойка на правой, левая в сторону на носок.

DEMI [деми] – средний, небольшой.

DEMI ROND [деми ронд] - неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45ана 90° и выше).

DÉVELOPPE [девелопе] - «раскрывание», «развернутый», из стоики на левой, правую скользящим движением до положения согнутой (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.

DOUBLE [дубль] - «двойной», • battement tendu - двойной нажим пяткой • battement fondu -двойной полуприсед • battement frapper - двойной удар.

ECARTE [экарте] - поза классического танца (a la seconde), при которой вся фигура повернута по диагонали вперед или назад.

EFFACE [эфасэ] – развернутое положение корпуса и ног.

EN DEDANS [ан дедан] - направление движения или поворота к себе, вовнутрь, в круг.

EN DEHORS [ан деор] - круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты

EN FACE [ан фас] – прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

EN TOURNANT [ан турнан] – от гл. «вращать»; поворот корпуса во время движения.

EPAULMENT [эпольман] - положение танцовщика, повернутого в 3/4 в т. 8 или т. 2; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (стертый, открытый).

GRAND [гранд] – большой.

JETE [жете] – бросок ноги на месте или в прыжке.

PAS DE BASCUE [па де баск] – шаг басков; для этого движения характерен счет 3/4 или 6/8 (трехдольный размер), исполняется вперед и назад.

PAS DE BOURREE [па де буре] – чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.

PAS DE DEUX [па де де] – танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы.

PAS DE QUATRE [па де карт] – танец четырех исполнителей.

PAS DE TROIS [па де труа] – танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

PASSE [пассе] - «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в стороне, сзади.

PETIT [пти] – маленький.

PIQUE [пике] - легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

PLIE [плие] – приседание.

PLIE RELEVE [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

PORDEBRAS [пор де бра] - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону, то же самое в растяжке. Упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

POUNTE [пуанте] - «на носок», «касание носком» из стоики на левой, правая вперед, в сторону или назад на носок взмах в любом направлении с возвращением в ИП.

RELEVÉ [релеве] - «поднимать, возвышать», подъем на пальцы или полупальцы

Rond [ронд] – «круг, круглый»

SOUTENU [сотеню] – от гл. «выдерживать, поддерживать, втягивать».

SOUTENU EN TQURNANT [сутеню ан турнан] - поворот на двух ногах, начинающейся с втягивания "рабочей" ноги в пятую позицию.

TEMPS LIE [тан лие] - маленькое адажио,1 - полуприсед на левой,2 - правую вперед на носок, 3 - перенести центр тяжести на правую, левую назад на носок, 4-ИП, 5.то же самое в сторону и назад.

TOMBÉE [томбэ] – - падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

**Прыжки.**

ALLEGRO [аллегро] – быстро; «веселый», «радостный»; часть урока, состоящая из прыжков, выполняемая в быстром темпе.

ASSEMBLE [ассамбле] - от гл. Соединять, собирать; прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в воздухе.

CHANGEMENT DE PIEDS [шажман де пье] – прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

ECHAPPE [эшаппэ] – прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND JETE [гранд жете] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение "шпагат".

PAS CHASSE [па шассе] – партерный прыжок, во время которого одна нога подбивает другую. С продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога "догоняет" другую в высшей точке прыжка.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

SISSONNE [сисон] – вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

**Вращения.**

FOUETTE [фуэте] – от гл «стегать, сечь»; вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается.

PIROUTTE [пируэт] - «юла, вертушка»; вращение исполнителя на одной ноге en dehors или еп dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied.

TOUR [тур] – поворот.

TOUR CHAINES [тур шене] - «сцепленный, связанный»; быстрые повороты, следующие один за другим, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах.

TOUR EN L`AIR [тур ан лер] – тур в воздухе.