Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Лицей №26» городского округа Саранск Республики Мордовия
(МОУ «Лицей № 26»)

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
Н.Н. Сысуева
от 30 августа 2020 г.

_____

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ Лицей №26»
Ж.В. Шабанова
от 1 сентября 2020 г.
Приказ №145 от 01.09.2020г.

_____

Рабочая программа
по дополнительному образованию
«Хореография»

(3 года обучения)
1-6 классы
на 2020 – 2021 учебный год

Количество часов по плану -175

Количество часов в неделю - 5

Составитель программы:
Бикмурзина Ольга Михайловна,
хореограф

г.о. Саранск

Введение

Танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания детей. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, эстетического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Известный отечественный психолог Л.С. Выготский подчёркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец с его богатой образно-художественной движенческой системой играет ключевую роль в развитии воображения и творчества ребёнка.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка:

- формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития тела; укрепляет здоровье;
- формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-ритм, знания простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремлённость;
- развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;
- развивает коммуникативные способности детей, развивает чувства «локтя партнёра», группового, коллективного действия;
- пробуждает интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и воспитывает толерантность к национальным культурам других народов.

Таким образом, эти особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства, как в общеобразовательных школах, так и в системе дополнительного образования детей.

Пояснительная записка

Данная программа составлена на основе авторских программ художественно – эстетического направления Л.Н. Михеевой «Хореография», А. И. Бурениной «Ритмическая мелодия».

Цель программы: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата ребёнка;
- развитие основ музыкальной культуры, танцевальности, артистизма; эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация детей в пространстве, в композиционных перестроения рисунков-фигур;
- развитие воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

Предлагаемая концепция программы дополнительного образования базируется на важнейших дидактических принципах в хореографической работе с обучающимися. Доступность, последовательность (от простого к сложному;) учёт психофизиологических и возрастных особенностей; индивидуализация, наглядность, научность, сознательность, активность, связь теории с практикой, межпредметность, актуальность, результативность.

Направленность программы: художественная-эстетическая. Вид деятельности : хореография. Образовательная программа направлена на обучение обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, народно-сценический, современный танец.

Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Формы и режим занятий:

Срок реализации программы 3 года. Программа рассчитана для обучающихся с 7 до 11 лет. Первый год обучения с 7-8 лет, второй год обучения с 8 -9 лет и третий год обучения с 10 - 11лет. Занятия проходят 5 раз в неделю. Учебный материал рассчитан на 35 недель – 175 часов.

На первом году обучение начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Основным видом является игровая деятельность. Через музыкально-ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика, в данном случае, выступает как средство укрепления опорно-двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения изучаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса.

На втором году обучения основной учебной деятельностью становятся элементы классического и народного танца. Элементы сценического танца необходимы, как средство развития танцевальности, исполнительского мастерства и концертной деятельности.

На третьем году обучения дети знакомятся с современным танцем, его направлениями. Дети не только знакомятся с элементами современного танца, но и учатся эмоциональной выразительности посредством движений.

Занятия в ансамбле не только прививают детям любовь к танцевальному искусству, позволяют им постичь эстетику движения, но и приобщают их к огромному богатству танцевального и музыкального народного творчества, способствуют формированию сплоченного детского коллектива.

Программа хореографического ансамбля «Силуэт» способствует выявлению и развитию интересов ребенка, его творческих возможностей и личного потенциала. Она рассчитана на обучение детей хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение профессиональных навыков и путей их совершенствования. Занятия в ансамбле приобщают обучающихся к пониманию искусства танца и знакомят с художественной культурой прошлого и настоящего России, способствуют формированию художественного вкуса и эстетических наклонностей в выборе своего имиджа, культуры общения, развитию

творческой инициативы, способности к самовыражению в танце.

Данная программа является модифицированной комплексной (так как осваиваются классический, народный и современные танцы).
Занятия по данной программе дают детям возможность социально адаптироваться, получить яркие эмоциональные впечатления от учебно-творческого процесса, от выступлений на концертах и конкурсах как итога личных устремлений, пика артистичности и выразительности, как высшей точки их большой коллективной работы.
Предполагаемые результаты реализации программы.
Главным результатом программы является сплоченный детский коллектив с устойчивым интересом к выбранному виду деятельности. Пройдя все этапы образовательного процесса в коллективе обучающиеся приобретут следующие знания, умения и навыки:
- навыки музыкально-ритмической деятельности, правильного и выразительного движения;
- эмоциональную выразительность;
- усвоение основ классического, народно-сценического, современного детского танцев, освоение хореографической терминологии;
- использование приобретенного творческого потенциала в процессе занятий и постановочной работе;
- понимание межличностных отношений в ходе общих дел;
- научатся аккуратности и дисциплинированности.
На основе данной программы формируется базовая культура личности ребенка, включающая в себя потребность в здоровом образе жизни и укреплении его, воспитание потребностей к труду, как к первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха, формирование целеустремленности, воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию.
Целенаправленность учебного процесса.
На всех этапах обучения воспитательная работа включает в себя организационную работу, коллективно-творческие мероприятия, совместную работу с родителями, участие в мероприятиях по плану лицея, так же теоретические занятия, где предполагается проведение инструктажей по ТБ, различных бесед, занятия по истории хореографии. Образование в системе хореографического коллектива«Планета Дэнст» предполагает и активную самостоятельную работу воспитанников по отработке и закреплению полученных знаний и умений, а также серьезную внутреннюю работу по воспитанию необходимых качеств личности: терпение, трудолюбие, целеустремленность, чувства коллективизма, взаимопомощи, стремление к совершенству, гармонии.
Методы и приёмы обучения.
Методы и приёмы обучения, используемые в хореографической работе со школьниками, можно условно разделить на наглядные, словестные и практические. Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы с ярко-выраженной психолого-педагогической доминантой, а также более локальные, частные, специфические приёмы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).
Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием; демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- приём раскладки хореографического па;
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации.

Практический метод обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и переплясность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный приём обучения;
- выработка динамического стереотипа (повторяемость и повторности однотипных движений);
- фиксация отдельных этапов хореографических движений;
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- приём пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический приём;
- хореографическая импровизация;
- приём художественного перевоплощения.

Формы оценки качества реализации программы.

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Основными видами контроля успеваемости являются:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация
- итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность
- учет индивидуальных особенностей.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, на повышение уровня освоения текущего материала.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в конце первого полугодия, учебного года, как результат освоения материала за соответствующий период

обучения. Промежуточная аттестация определяет на сколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.
Формы промежуточной аттестации:
-контрольный урок
-открытый урок.
Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Итоговая аттестация проводится в виде концерта для родителей. Итоговая аттестация при сопоставление с исходным промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.
В объединение принята пятибаловая система отражения уровней развития хореографических способностей детей, для дисциплин: классический танец, современный танец, народный танец, гимнастика, постановочная работа, концертная деятельность.
«5» - соответствует требованием учебной программы.
«4» - соответствует требованием учебной программы, но содержит не значительные ошибки.
«3» - соответствует требованием учебной программы, но содержит ошибки.
Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации устанавливаются годовым учебным графиком. (Приложение1).

Содержание разделов программы предполагает вариативность использования учебного материала.
Данная программа предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

Отражение в УТП особенностей текущего учебного года:

Памятные даты: 1сентября (день защиты детей); 23.02(день защитника отечества); 9мая(день победы).

Крупные мероприятия учреждения: 4.10 - концерт к дню учителя; 22.11 - концерт к дню матери; 07.02 - концерт к дню встречи выпускников; 21.02- концерт к дню защитника отечества; 7.03 - концерт к дню 8 марта.

Другое: участие во всероссийских, республиканских и городских хореографических конкурсах.

Содержание программы

Третий год обучения

I Раздел . Классический танец

Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
2. Позиции ног: I, III, II, V.
3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.
4. Разучивание элементов классического танца у станка.

Demi-pliés.Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

Battements tendus c demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

Battement passé par terre. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.

Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

Положения ноги sur les cou-de-piéd – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.

Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

Battements relevés lents на 45$^{o.}$. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

Экзерсис на середине зала

1. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),
2. Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку.
3. Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное

положение, I, III, II позиции.

4. Разучивание элементов классического танца на середине зала.
   Allegro
   1. Temps levés sautés в I и II позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.
   2. Трамплинные прыжки в I и II с позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.
   3. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала.

2 Раздел. Русский народный танец.

I. Теория дисциплины

Народный танец как вид хореографического искусства.

II. Экзерсис на середине зала

1. Русский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног выворотные (только для экзерсиса), свободные, прямые (параллельные), обратные (закрытые). Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на пояснице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны.
2. Элементарные ходы и проходки.

- основной шаг – с продвижением назад.
- основной шаг с притопом – с продвижением назад.
- основной шаг с проскальзывающим притопом.
- боковые перескоки с ударом полупальцами в пол.
- боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
- ключ с двойной дробью.
- дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
- двойная дробь на месте , с поворотом и с продвижением вперед.
- пдбивка « голубец» на месте, с двумя переступаниями.

Вращения:

_- на подскоках с продвижением вперед по диагонали
-« бегунок» в повороте
- на середине зала с припаданием
-тур по 6позиции
-«блинчики» с вытянутыми ногами.

3. Бег, подскоки, галоп.

- быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
-бег назад с выбрасыванием вытянутых в коленях ног вперёд (на носок и на ребро каблука).
- скользящие подскоки по VI (I прямой) позиции на полуприседании.

3Раздел. Современный танец.

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучение пантомимных движений.

I. Теория дисциплины

История возникновения современного танца. Появление современного танца в

России.
II.Экзерсис на середине
1. Техника изоляции.
Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.
2. Основные шаги
-приставной шаг с plie. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса
-выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса
-подъем на носки, разворот стоп «краб»
3. Основные движения корпусом
- раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.
4. Прыжки
- прыжки на месте
- прыжки вперед – назад
- прыжки вправо-влево
- прыжки «крестом»
- прыжки «ноги вместе - ноги врозь»
5. Танцевальная комбинация.
Танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.
4 Раздел. Джазовый танец.
I. Теория дисциплины
1. История возникновения джазового танца, художественные особенности, знаменитые исполнители и хореографы. Интересные факты из их биографий.
II. Экзерсис у станка
1. Изучение основных позиций рук.
Основные позиции рук аналогичны классической школе, но положение локтя и кисти может варьироваться (вытянутое, округленное положение локтя, сокращенное flex-положение кисти или jazz hand - пальцы напряжены и расставлены). А также существуют V-положения – положения между основными позициями .
2. Изучение основных позиций ног.
Изучаются 5 основных позиций ног. У всех позиций кроме III существует 2 варианта: out-положение, аналогичное классическому танцу, и параллельное положение – стопы стоят параллельно друг другу. III позиция исполняется в классическом варианте, но используется нечасто.
3. Изучение элементов джазового танца.
Plie - движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется. Изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям.
Battement tendu - Движение классического экзерсиса, которое также имеет больше вариантов за счет позиций ног, в которых исполняется. Изучается по I out-

позиции в сторону, позже вперед и назад – у станка, затем на середине зала -

Passé - рабочая нога стопой касается колена опорной ноги. В первый год обучения изучается на полной стопе по I позиции – у станка, по мере усвоения переходим на середину зала. Выворотное исполнение этого движения желательно проучивать в партере.

III. Экзерсис на середине зала

1. Основные положения корпуса в джазовом танце

Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.

Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку. Это движение заимствовано из танца модерн. Изучается на середине зала.

Flat back – наклоны, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию, ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90°. Изучается по II параллельной позиции на середине зала. По мере освоения добавляется исполнение на plie.

Deep body bend – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником. Изучается после освоения flat back,По мере освоения исполняется в сочетании с plie.

2. Прыжки:

jump – прыжок с двух ног на две. Изучается по I параллельной и out позиции.

hop – прыжок с одной ноги на ту же ногу. На первом этапе изучения руки наверху в V-позиции. Изучаем сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

leap – прыжок с одной ноги на другую. Изучается с продвижением по залу.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Также как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут

3. Вращения: поворот на 3 шагах – элементарное вращение, изучается с двух ног сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

Chaonés – вращение на двух ногах с продвижением, является логическим продолжением поворота на 3х шагах.

5 Раздел. Партерный экзерсис.

Включает в себя комплекс упражнений на полу, элементы акробатики, упражнения на развитие гибкости и эластичности мышц.

- упражнения на полу на напряжение и расслабление мышц.
- упражнения на выработку выворотности ног (бабочка, жаба)
- сокращение и вытягивание стоп
- наклоны корпуса к ногам
- упражнения на группы мышц спины (кораблик, колечко)
- упражнения на группу мышц живота (уголок)
- упражнения на развитие гибкости (лягушка, кольцо, мостик)
- упражнения на развитие шага (звездочка)
- продольные и поперечные шпагаты

Упражнения партерного экзерсиса способствуют развитию силы, ловкости, гибкости, укрепляют мышцы и связки суставов

6 Раздел. Танцевальный репертуар.

Раздел включает в себя: танцевальные упражнения, хореографические композиции, исполнение отдельных фигур, элементов, отработка, соединений в рисунок. Работа над техникой исполнения и стиля. Примерные постановочные работы 3 года обучения : джазовый танец «Джек», стилизованый народный танец «Катюша».

I. Теория дисциплины

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

II. Экзерсис на середине зала

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения
10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений
11. Выразительность и эмоциональность исполнения

Цель 3 года обучения: Формирование условий для разностороннего развития индивидуальных особенностей личности обучающихся, посредством изучения различных направлений в хореографии .

Задачи 3 года обучения:

Образовательные:

- обучать основным позам классического танца, арабескам порт де бра.
- обучать выполнению экзерсис танца джаз – модерн у танцевального станка.
- обучать технике выполнения современного танца.
- формировать навыки правильного выразительного движения в области классической и современной хореографии.
- обучать навыкам технического выполнения основных упражнений на серидине танцевльного зала.

Развивающие:

- развивать способности к творческому самовыражению в коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры
- развивать навыки танцевальных данных: гибкость, пластичность, музыкальность.
- Сформировать навыки креативного мышления в работе над образами.

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма и взаимоуважения друг к другу
- воспитывать чувства выдержки, активности и лидерства в коллективе
- воспитывать эстетику восприятия музыкального сопровождения, чувство ритма, такта

Планируемые результаты 3 года обучения

В результате изучения программы 3 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- Технику исполнения движений выученных за год.
- Позиции ног, рук в классическом и народном танце.
- Танцевальные термины классического тренажа.
- Историю возникновения разучиваемых танцев.
- Выполнять классический тренаж у станка и на середине зала.
- Выполнять вращение на середине и по диагонали.
- Выполнять движения на координацию, строевые упражнения, упражнения партер, этюдную работу, элементы классического танца, port de bras I,II,III, элементы народной хореографии, элементы современной хореографии.
- Выполнять прыжки в повороте на 360.

Исполнять джазовый танец: «Джек», стилизованный русско-народный танец «Катюша», танцевальные комбинации на элементах современной, классической, народной хореографии.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Третий год обучения

№ п/п	Тема урока.	Кол-во часов	
		Теория	Практика
1. 1.1 1.2 1.3	Классический танец. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Прыжки .	4	40
2. 2.1 2.2 2.3 2.4 2.5 2.6	Русский народный танец. Теория дисциплины. Экзерсис на середине зала. Элементарные ходы и проходки. Вращения. Бег, подскоки, галоп. Танцевальные комбинации.	3	32
3. 3.1 3.2 3.3 3.4 3.5 3.6	Современный танец. Теория дисциплины. Изучение основных позиций рук. Изучение основных позиций ног. Основные шаги. Движения корпусом. Танцевальные комбинации.	2	19
4 4.1 4.2 4.3 4.4 4.5 4.6 4.7	Джазовый танец. Теория дисциплины. Изучение основных позиций рук. Изучение основных позиций ног. Изучение элементов джазового танца. Экзерсис на середине зала. Прыжки. Вращения.	3	20
5 5.1 5.2 5.3	Партерный экзерсис. Упражнения на развитие гибкости . Упражнения на развитие шага . Продольные и поперечные шпагаты	1	7
6 6.1 6.2	Танцевальный репертуар. Хореографическая постановка «Мини-диско»	4	40
Итого:		17	158
		175	

Календарно – тематическое планирование
Третий год обучения.

№	Тема урока.	Дата проведения	
		План	Факт
1	Вводный инструктаж. Поклон.	01.09.	
2	Первичный инструктаж ИОТ-016-2011г.Постановка корпуса.	02.09.	
3	Основные позиции рук. (подготовительная 1, 2, 3).	05.09.	
4	Основные позиции ног (1,2,3,5).	06.09	
5	Классический экзерсис: demi plie u grand plie по 1, 2, 5 позиции	06.09	
6	Экзерсис на середине: demi plie u grand plie по 1, 2, 5 позиции.	08.09.	
7	Экзерсис на середине: 1, 2 port de bras.	09.09.	
8	Упражнение партер: упражнения на полу на расслабление и на напряжение мышц.	12.09.	
9	Упражнение на середине зала: точки хореографического зала.	13.09.	
10	Классический экзерсис: battement tendu из 1 позиции крестом.	13.09.	
11	Экзерсис на середине: battement tendu из 1 позиции крестом.	15.09.	
12	Temps levés sautés в I и II позиции ног - лицом к станку.	16.09.	
13	Temps levés sautés в I и II позиции ног на середине.	19.09.	
14	Классический экзерсис: battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад.	20.09	
15	Классический экзерсис: : battement tendu jete из 5 позиции крестом .	20.09	
16	Pas échappé из V позиции во II позицию.	22.09	
17	Упражнение на середине зала: 3 port de bras.	23.09	
18	Классический экзерсис: battements tendus pour les pieds.	26.09	
19	Классический экзерсис : demi rond de jambe par terre en dehors с I позиции.	27.09	
20	Классический экзерсис : demi rond de jambe par terre en dedans с I позиции	27.09	

21	Классический экзерсис : demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции	29.09	
22	Упражнение на середине зала:1,2, 3 port de bras.	30.09	
23	Экзерсис на середине: demi rond de jambe par terre en dehors с I позиции	03.10	
24	Экзерсис на середине: demi rond de jambe par terre en dedans с I позиции .	04.10	
25	Экзерсис на середине: demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции .	04.10	
26	Упражнение партер: упражнения для мышц брюшного пресса.	06.10	
27	Классический экзерсис :battements frappés в сторону ногой в пол.	07.10	
28	Классический экзерсис :battement passé par terre.	10.10	
29	Партерный экзерсис: сокращение и вытягивание стоп.	11.10	
30	Классический экзерсис :battements fondus в пол.	11.10	
31	Классический экзерсис :battements relevés lents на 45 в сторону .	13.10	
32	Temps levé sauté по I, II, V позициям.	14.10	
33	Классический экзерсис :battements relevés lents на 45 вперед.	17.10	
34	Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans.	18.10	
35	Классический экзерсис : rond de jambe par terre en dehors с I позиции - с préparation и заключением.	18.10	
36	Классический экзерсис : rond de jambe par terre en dedans с I позиции - с préparation и заключением.	20.10	
37	Маленькие позы классического танца: croisé éffacé вперед.	21.10	
38	Маленькие позы классического танца: croisé éffacé назад.	24.10	
39	Классический экзерсис :battements relevés lents на 45 в назад.	25.10	
40	Классический экзерсис :battements relevés lents на 45 крестом.	25.10	

41	Экзерсис на середине : changement de pied.	27.10	
42	Упражнения партер: упражнения на развитие гибкости.	28.10	
43	Свободная пластика.	31.10	
44	Современный танец: история возникновения современного танца; техника изоляции.	01.11	
45	Современныйтанец: появление современного танца в России; техника изоляции.	01.11	
46	Современный танец: приставной шаг с plie.	10.11	
47	Современный танец: : приставной шаг с plie с работой корпса.	11.11	
48	Современный танец: выпады в сторону.	14.11	
49	Современный танец: выпады в сторону с поворотом корпуса.	15.11	
50	Современный танец: подъем на носки, разворот стоп «краб».	15.11	
51	Современный танец: раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.	17.11	
52	Современный танец: прыжки на месте.	18.11	
53	Современный танец: прыжки вперед – назад	21.11	
54	Современный танец: прыжки вправо-влево	22.11	
55	Современный танец: прыжки «крестом»	22.11	
56	Современный танец: прыжки «ноги вместе - ноги врозь»	2411	
57	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура1.	25.11	
58	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 2.	28.11	
59	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 3.	29.11	
60	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 4.	29.11	
61	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 5.	01.12	
62	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 6.	02.12	
63	Современный танец: танцевальная комбинация – фигура 7.	05.12	
64	Современный танец: танцевальная комбинация - вариация полностью.	06.12	
65	Джазовый танец: история возникновения. Изучение основных позиций рук.	06.12	

66	Джазовый танец: художественные особенности, основные позиции рук.	08.12	
67	Джазовый танец: основные позиции рук flex-положение кисти	09.12	
68	Джазовый танец: jazz hand -положение кисти	12.12	
69	Джазовый танец: основные позиций ног - out-положение.	13.12	
70	Джазовый танец: основные позиций ног - параллельное положение.	13.12	
71	Джазовый танец: plie лицом к станку по I и II позициям.	15.12	
72	Джазовый танец: : battement tendu по I out-позиции в сторону.	16.12	
73	Джазовый танец: battement tendu по I out-позиции вперед.	19.12	
74	Джазовый танец: battement tendu по I out-позиции назад.	20.12	
75	Джазовый танец: passé на полной стопе по I позиции.	20.12	
76	Джазовый танец: plie по I и II позициям.	22.12	
77	Промежуточная аттестация: «Современный танец".	23.12	
78	Джазовый танец: экзерсис на середине зала основные положения корпуса - roll down.	26.12	
79	Джазовый танец: экзерсис на середине зала основные положения корпуса - roll up	27.12	
80	Джазовый танец: экзерсис на середине зала основные положения корпуса - flat back	27.12	
81	Джазовый танец: экзерсис на середине зала основные положения корпуса – deep body bend.	12.01	
82	Джазовый танец: экзерсис на середине зала основные положения корпуса – deep body bend в сочетание с plie.	13.01	
83	Джазовый танец: прыжки – jump.	16.01	
84	Джазовый танец: прыжки – hop.	17.01	
85	Джазовый танец: прыжки – leap.	17.01	
86	Джазовый танец: вращения - поворот на 3 шагах.	19.01	
87	Джазовый танец :chaonés.	20.01	
88	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 1.	23.01	
89	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 2.	24.01	

90	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 3.	24.01	
91	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 4.	26.01	
92	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 5.	27.01	
93	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 6.	30.01	
94	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 7.	31.01	
95	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 8.	31.01	
96	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 9.	02.02	
97	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 10.	03.02	
98	Современный танец: «Капли дождя» - фигура11.	06.02	
99	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 12.	07.02	
100	Современный танец: «Капли дождя» - фигура13.	07.02	
101	Современный танец: «Капли дождя» - фигура 14.	09.02	
102	Современный танец: «Капли дождя» - фигура15.	10.02	
103	Современный танец: «Капли дождя» - вариация полностью.	13.02	
104	Русский народный танец: повторение и закрепление ранее разученных элементов.	14.02	
105	Русский народный танец: боковые перескоки с ударом полупальцами в пол.	14.02	
106	Русский народный танец: боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.	16.02	
107	Русский народный танец: ключ с двойной дробью.	17.02	
108	Русский народный танец: дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	20.02	
109	Русский народный танец: двойная дробь на месте.	21.02	
110	Русский народный танец: подбивка «голубец» на месте, с двумя переступаниями	21.02	
111	Русский народный танец: быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.	24.02	

112	Русский народный танец: вращение на подскоках с продвижением вперед по диагонали.	27.02	
113	Русский народный танец: «бегунок» в повороте.	28.02	
114	Русский народный танец: вращение на середине зала с препаданием.	28.02	
115	Русский народный танец: тур по 6 позиции	02.03	
116	Русский народный танец: «блинчики» с вытянутыми ногами.	03.03	
117	Экзерсис на середине зала: полуприседания медленные и полуприседания быстрые по 1,2,5,6 позициям.	06.03	

118	Экзерсис на середине зала: характерный battement tendu из 3 позиции «крестом».	07.03	
119	Экзерсис на середине зала: характерный battement tendu из 3 позиции с demi plie на опорной ноге вперёд, назад, в сторону.	07.03	
120	Экзерсис на середине зала: характерный battement tendu из 3 позиции с demi plie в момент возвращения ноги в позицию «крестом»	10.03	
121	Экзерсис на середине зала: маленькие броски (характерный battement tendu jete) из 3 позиции в сторону, вперед, назад.	13.03	
122	Экзерсис на середине зала: круговые движения ногой по полу (характерный demi rond de jambe par terre стопой).	14.03	
123	Экзерсис на середине зала: характерный battement foundu (развороты ногой) из 3 позиции в сторону	14.03	
124	Экзерсис на середине зала: характерный battement foundu (развороты ногой) из 3 позиции вперед.	16.03	
125	Экзерсис на середине зала: характерный battement foundu (развороты ногой) из 3 позиции назад.	17.03	
126	Экзерсис на середине зала: характерный battement foundu (развороты ногой) из 3 позиции в сторону ,вперед, назад.	20.03	
127	Русский народный танец: двойная дробь с поворотом.	21.03	

128	Русский народный танец: двойная дробь на с продвижением вперед.	21.03	
129	Русский народный танец: «Дробная дорожка» в повороте.	30.03	
130	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 1.	31.03	
131	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 2.	03.04	
132	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 3.	04.04	
133	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 4.	04.04	
134	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 5.	06.04	
135	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 6.	07.04	
136	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 7.	10.04	
137	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 8.	11.04	
138	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 9.	11.04	
139	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 10.	13.04	
140	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 11.	14.04	
141	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 12.	17.04	
142	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 13.	18.04	
143	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 14.	18.04	
144	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 15.	20.04	
145	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 16.	21.04	
146	Стилизованный русский танец: «Катюша»- фигура 1.	24.04	
147	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 17.	25.04	
148	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 18.	25.04	
149	Стилизованный русский танец: «Катюша» - фигура 19.	27.04	

150	Стилизованный русский танец: «Катюша» - танец полностью.	28.04	
151	Партерный экзерсис: сокращение и вытягивание стоп.	05.05	
152	Прыжки по точкам.	08.05	
153	Танцевальная комбинация на элементах современной хореографии.	11.05	
154	Танцевальные шаги по диагонали.	12.05	
155	Джаз – танцевальная комбинация 1.	15.05	
156	Джаз – танцевальная комбинация 2.	16.05	
157	Джаз – танцевальная комбинация 3.	16.05	
158	Джаз – танцевальная комбинация 4.	18.05	
159	Джаз – танцевальная комбинация 5.	19.05	
160	Джаз – танцевальная комбинация 6.	22.05	
161	Джаз – танцевальная комбинация 7.	23.05	
162	Джаз – танцевальная комбинация 8.	23.05	
163	Танцевальная комбинация в стиле джаз – вариация полностью.	25.05	
167	Партерный экзерсис: сокращение и вытягивание стоп.	26.05	
168	Вращения по диагонали.	29.05	
169	Джазовый танец: прыжки.	30.05	
170	Танцевальная комбинация на элементах классического танца.	30.05	
171	Прыжки классического танца.	01.06	
172	Танцевальная комбинация на элементах народного танца.	02.06	
173	Вращения на середине.	03.06	
174	Свободная пластика.	04.06	
175	Танцы: «Капли дождя», «Катюша».	05.06	

Материально-техническое, учебно-методическое и информационное обеспечение.

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Нормативные документы различного уровня и локальные акты	
2.	Дополнительная литература:	
	- Т.А. Затямина, Л.В. Стрепетова «Музыкальная ритмика», учебно- методическое пособие. – М.: Глобус, 2009г	**1**
	- «Художественное движение» И.Е.Кулагина, М., 2006г.;	**1**
	- «Азбука хореографии» Т.Барышникова, М., 2008г.;	**1**
	- «Ритмика – музыкальное движение» С.Руднева, Э.Фиш, М., 2008г.;	**1**
	- «Гимнастика в хореографической школе» Н.В.Левин, М., 2001г.;	**1**
	- «Приглашаем в хоровод» Ю.М.Чурко, Минск, 2006г.;	**1**
3.	Интернет-ресурсы:	
	- http://www.pomochnik-vsem.ru/	**-**
	- www.miniteatr.com	**-**
	- http://dancehelp.ru/	**-**
	- http://www.ortodance.ru/	**-**
4.	Технические средства обучения:	
	- Музыкальный центр	**1**

Список литературы:

1. Акулова Н.В. Классический тренаж в коллективе народного танца (метод. Письмо). – НМЦ, 2007.
2.Анисимов В.П. Диагностика музыкальных способностей детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2004.-128 с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: Искусство, 2009.
4. Базарова Н.П. и Мей В.П. Азбука классического танца Л - М., 2009.
5. Батырев А., Бурцева Г. Композиция танца. – Барнаул, НМЦ, 1991. – 34 с.
6.Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив. док. и материалы. — М.: Просвещение, 2008.
7.Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учеб.пособие.-СПб.:Издательство «Музыкальная палитра»,2004.-36с.
8.Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство. 2008.
9. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. Пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М.: ВЛАДОС, 2009.
10.Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,2009.
11. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. пособие для студ. хореограф.фак. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. - М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС,2009.
12.Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. Вып. 3. — М.: Народное образование, 2007.
13.Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно-сценический танец. М., 2008.
14. Зимина А.Н.образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет.-М.,2009.
15.Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей- 2008.
16.Сценическое воспитание на уроке хореографии//Учитель.- №3, май-июнь 2009
17. Казаринова Т.А. Хороводы и кадрили Пермской области: Учебное пособие. - Пермь,2009.
18. Казаринова Т. Магическая сила пространства сцены // Сов. Балет № 5.
19.Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования// Библиотека журнала «Воспитание школьников» — Изд. доп. Вып. 77. — М.: Школьная Пресса, 2008.
20. Овчаренко Е., Смолянинова Н. История и теория народно-сценического танца. – Барнаул, 2009.
21. Оценка эффективности реализации программ дополнительного образования детей: компетентностный подход. Методические рекомендации / Под ред. проф. Н.Ф. Радионовой. — СПб.: Издательство ГОУ «СПб ГДТЮ», 2008.