

**муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 6 с углубленным изучением предметов
художественно – эстетического цикла»**

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
протокол №1 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО:
Управляющий Совет
_____ С.В. Медведев

УТВЕРЖДАЮ:
директор МАОУ СШ №6
_____ Г.Н. Черемных
Приказ №398 от 30.08.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
хореографического коллектива «Эдельвейс»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 7-13 лет
Срок реализации: 6 лет
Составитель:
Орлова Е.В., педагог ДО

Красноярск, 2023

Пояснительная записка

Обоснование необходимости разработки предлагаемой программы.

Хореография является профилирующим предметом в программах эстетического воспитания.

Исторически танец возник как потребность творческого самовыражения индивида, как форма воздействия на него средствами музыкально-танцевальной культуры с целью формирования личности в соответствии с мировоззренческими задачам определённой исторической формации.

Воспитательной функции танца и музыки и их влиянию на телесную и духовную культуру уделяли огромное внимание ещё в Древней Греции. Россия как преемница греческой, а затем византийской культуры также имела богатейшие музыкально-танцевальные традиции.

«Музыка и танец – это старое испытанное религиозно-культурное средство для выявления душевного хаоса в новый строй. ...Поэтому, - писал Максимилиан Волошин, - я называю танец громадным фактором социальной культуры».

Приобщение детей к искусству танца позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важных проблем эстетического воспитания учащихся – приобщения их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

Танец служит действенным средством эстетического воспитания школьников, способствует формированию хорошей осанки, изящных манер, красивых жестов.

Система занятий танцами во многом способствует устранению ряда физических недостатков, развитию подвижности суставов, укреплению связок, развивает определенные группы мышц, укрепляет нервную систему.

В процессе занятий в хореографическом коллективе дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности, что позволяет активно участвовать во внеклассной и внешкольной работе (выступление с концертными программами на школьных праздниках, участие в хореографических конкурсах и фестивалях разных уровней).

Получение первых до профессиональных навыков на занятиях хореографии помогает ученикам в профессиональном самоопределении, делает их более конкурентоспособными на рынке труда в дальнейшем.

Занятия хореографией помогают каждому ученику обрести своё «я», свою творческую индивидуальность, чтобы стать личностью востребованной социумом.

Классификация программы:

По уровню усвоения материала: базовая.

По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная.

Данная программа составлена на основе программы преподавателя Кемеровской государственной академии культуры и искусства Н.И. Бочкарёвой «Ритмика и хореография для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМШ, школ искусств», 2000г.

Цель и задачи программы.

Цель программы учебно-творческой деятельности хореографического коллектива «Эдельвейс»:

сформировать у учащихся базовые знания, умения и навыки по основам хореографии, способствовать духовно-нравственному и физическому развитию, росту творческого потенциала детей, выявлять их способности и склонности,

профессиональную ориентацию и приобщать к активной творческой деятельности в хореографическом коллективе.

Задачи:

1. Обучение детей хореографии в соответствии с программным материалом по направлениям хореографии: ритмика, основы классического танца, танцы народов России и мира, современный танец.
2. Развитие координации, гибкости, пластики, общей физической выносливости.
3. Развитие творческой инициативы детей, воображения, умения передать характер музыки и содержание образа движениями.
4. Формирование навыков сценического мастерства и ансамблевого исполнения танцев.
5. Воспитание коммуникативной активности, формирование у детей стремления к показу результатов своей творческой деятельности другим.
6. Воспитание волевых качеств личности.
7. Повышение уровня эстетической воспитанности через освоение навыков танцевальной культуры.

Отличительные особенности программы.

Главное отличие и новизна программы состоит в использовании компенсаторных возможностей детей в период их раннего развития, детей, принятых в танцевальный коллектив без специального отбора.

Программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в школах, границы их могут несколько сглаживаться. На одном занятии может сочетаться изучение элементов классического и народного танца.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, русского, народно-сценического, современного и эстрадного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся.

Теоретические сведения по музыкальной грамоте, истории хореографии, по классическому, народному и джазовому танцу в одних разделах даются отдельно, а в других - непосредственно в процессе занятий.

Педагог строит работу, как считает нужным, соблюдая закономерность целостного педагогического процесса, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы определённого класса или группы учеников.

Педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к постановочной работе, руководствуясь изложенными выше воспитательными целями и задачами, а также конкретными условиями.

Рациональное сочетание индивидуальных и групповых способов взаимодействия участников педагогического процесса.

Построение процесса обучения на основе индивидуального подхода к каждому учащемуся с опорой на его опыт.

Количество часов, указанное в таблицах примерного учебно-тематического плана может изменяться в зависимости от расписания или учебной нагрузки.

Содержание материала программы дано по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определённый минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения даётся материал по основным разделам, имеющим свои конкретные задачи:

1. Ритмика.
2. Партерная гимнастика и элементы акробатики.
3. Основы классического танца.
4. Основы русского народного танца.
5. Народно-сценический танец
6. Современный танец
7. История хореографического искусства..

Раздел I

Раздел «***Ритмика***» предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей.

Знания элементов музыкальной грамоты необходимо для определения характера музыки, темпа, ритма, динамики, структуры музыкального произведения.

Упражнения по развитию ориентации формируют у детей умение использовать пространственный рисунок. Упражнения по развитию «мышечного чувства» вырабатывают самоконтроль за движениями. Стремление проявить фантазию и воображение, имитации различных трудовых процессов содействуют развитию художественно-творческих способностей детей.

Раздел «Ритмика» рассчитан на три года начального обучения. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений в процессе урока хореографии.

Раздел II

Раздел «***Партерная гимнастика и акробатические элементы***» включает упражнения партерной гимнастики, способствующие укреплению мышц спины, брюшного пресса, внутренней группы мышц бёдер, а также релаксации связок голеностопных, коленных и тазобедренных суставов, что в итоге способствует развитию природных хореографических способности, а именно выворотности, гибкости, подъёма, танцевального шага.

Развитие и совершенствование опорно-двигательного аппарата посредством партерной гимнастики и акробатики проводятся с применением здоровьесберегающих технологий.

Раздел III

Раздел «***Основы классического танца***» включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движений. Это способствует подготовке двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных комбинаций. В практическую часть этого раздела не включены движения, требующие высокой исполнительской техники. Они изучаются факультативно.

Классический экзерсис является фундаментом для изучения всего комплекса танцевальных дисциплин.

Раздел IV

Раздел «***Основы русского народного танца***» предполагает изучение богатства лексики, разнообразную манеру исполнения в различных местностях России, многочисленные виды русского народного танца: хороводы, переплясы, пляски, кадрили. Его цель – дать широкое представление о русском народном танце, одном из наиболее распространенных и давних видов творчества русского народа.

В процессе обучения учащиеся изучают не только фольклорные первоисточники (обрядовые, ритуальные, бытовые пляски), но и знакомятся с русскими танцами в сценической обработке.

Раздел V

Раздел «***Народно-сценический танец***» включает танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию рук, ног и головы.

Народные танцы можно интерпретировать, приближая их к детской тематике, обобщая элементы танца теми, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр.

Материал, указанный в программе, по желанию руководителя, может заменяться другим, аналогичным по степени трудности. Из предложенных народных танцев педагог выбирает те, которые связаны с тематическими задачами года и возможностями коллектива.

Раздел VI

Раздел «**Современный танец**» является синтезированной дисциплиной хореографической специализации. Целями данного раздела являются: знакомство и овладение новыми видами танцевальной техники, развитие импровизационных способностей, достижение максимального эмоционального «раскрытия» и приобретения учащимися опыта творческой деятельности, направленного на индивидуально-личностное развитие каждого ребенка.

Задачами раздела являются:

- изучение основных стилей, направлений, школ танцев модерн, джаз, контемпорари;
- изучение основных направлений современных уличных танцев;
- освоение особенностей манеры исполнения, внутреннего эмоционального характера каждого из изучаемых направлений современной хореографии.

Содержание раздела может постоянно изменяться, пополняться новыми знаниями на курсах усовершенствования, семинарах, в творческом общении с педагогами, коллективами, работающими в этом направлении.

Раздел VII

Целью содержания раздела «**История хореографического искусства**» является овладение учащимися знаниями основных этапов развития хореографии, знакомство с основными видами хореографического искусства в современной культуре.

По данному разделу программы с учащимися проводятся беседы о фольклорном, историко-бытовом, народно-сценическом танце, об истории русского и зарубежного балета, о методах анализа хореографии, балетов, концертных программ.

Знания усиливаются посещением концертов, театров, просмотром видеофильмов.

Условия реализации образовательной программы

Данная программа предназначена для занятий детей, принятых в хореографический коллектив без специального отбора.

Школьники разделены в группы по возрасту и годам обучения: первый год обучения - 7-8 лет, второй год обучения - 8-9 лет, третий год обучения - 9-10 лет, четвертый год обучения - 10-11 лет, пятый год обучения - 11-12 лет, шестой год обучения - 12-13 лет.

Количество учащихся в группах - 10 - 20 человек.

Продолжительность занятий - 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Закончив шестилетнее обучение по данной программе, учащиеся автоматически переводятся в концертную группу хореографического коллектива «Эдельвейс», где продолжают совершенствовать свои танцевальные умения и навыки.

Формы организации учебной и творческой деятельности школьного хореографического коллектива:

Формы организации деятельности учащихся:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- индивидуально-групповая работа;
- коллективное выполнение заданий;
- ансамблевая форма работы.

Формы проведения занятий:

- теоретические и практические занятия;
- уроки - концерты;

- зачётные занятия;
- открытые занятия;
- школьные праздники;
- видеоуроки;
- экскурсии в музеи;
- посещение театров, концертных залов;
- репетиция концертных номеров;
- участие в мастер-классах;
- занятия на базе профильных лагерей;
- фестивали и конкурсы детского творчества разных уровней.

Формы и методы обучения.

Методика обучения в своей основе опирается на достижения различных хореографических школ применительно к целям обучения хореографии в общеобразовательной школе и характеризуется как методика активного обучения.

Для усвоения знаний, формирования практических умений и навыков и активизации восприятия учебного материала используются ***следующие методы:***

- Подражание, или активный путь, - это наиболее элементарный и генетически ранний путь, на котором основывается метод показа, или репрезентативный метод.
- Самостоятельное воспроизведение точных образов движений вслед за педагогом при совмещении их с музыкой
- Анализ танцевального движения, выделение его свойств и признаков.
- Использование новейших средств информационных технологий для поддержания интереса к учебному материалу.
- Объединение методов: музыкальная иллюстрация, подкреплённая логическим объяснением с последующим показом.
- Взаимодействие и общение между педагогом и учениками в форме сотворчества
- Самостоятельная творческая работа.
- Импровизация на свободную или заданную тему.
- Танцевальная сценическая практика.
- Беседы, рассказы по истории хореографии.
- Организация творческой деятельности детей в форме игрового танца.

Предполагаются следующие формы художественно-творческой деятельности:

- участие в проведении общешкольных праздников;
- участие в творческих фестивалях и конкурсах разных уровней;
- проведение отчётных концертов для родителей и педагогов школы;
- проведение праздничных концертов на уровне города и края;
- гастрольные поездки в другие регионы страны.

Результаты реализации программы учебно-творческой деятельности хореографического коллектива «Эдельвейс».

В каждом разделе программы заложены требования, предъявляемые к танцевальным знаниям, умениям и навыкам учеников, чтобы было ясно, чему должны дети научиться в течение учебного года и в течение всего курса обучения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся к концу первого года обучения:

- уметь различать характер и темп музыки,
- уметь строиться в колонну по одному, по два, по четыре на месте и в продвижении,

- уметь выполнять движения: полуприседания, танцевальный шаг с носка, одинарные и двойные притопы, боковые и приставные шаги, тройные хлопки, переменные подскоки,
- иметь представление о характере исполняемых танцев,
- знать элементарные правила общения в паре,
- иметь общее представление о танце, его видах.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся: к концу второго года обучения:

- уметь определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты; характер музыки, темп;
- уметь определять двухдольный и трёхдольный размеры;
- уметь передать в движении сильную и слабую доли;
- уметь выполнять подражательные движения и передавать образы героев мультфильмов и т.п.;
- уметь перестраиваться из круга в одну шеренгу, две, четыре и обратно;
- уметь исполнять движения: шаг с подскоком, переменный шаг, попеременный вынос ноги вперёд на носок и каблук, подскоки на двух ногах, двойной и тройной притопы, «ковырялочку», галоп, шаг польки и др.;
- уметь выразительно исполнять программные танцы и игры.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся к концу третьего года обучения:

- уметь определять структуру музыкального произведения, четырёхдольный размер;
- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки;
- знать направления движения по линии танца, против линии танца.
- знать и выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включённые в программу третьего года обучения;
- иметь навыки для создания красивой осанки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу;
- уметь импровизировать движения на заданную тему.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся к концу четвёртого года обучения:

- владеть методикой исполнения упражнений классического и народно-сценического танца у станка и на середине зала;
- иметь представление об орнаментальных и игровых хороводах, отличительных особенностях их исполнения;
- знать основные движения русского народного танца, уметь правильно их исполнять;
- чувствовать национальный характер, ритм;
- понимать характер бального танца, исполняемого в зале, на сцене, дома;
- знать позиции в паре бального танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального программного материала;
- иметь понятие о балетном спектакле.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся к концу пятого года обучения:

- знать правила исполнения основных движений классического танца, владеть чувством позы;
- уметь исполнять движения в различных ритмах и темпах;
- знать правила исполнения движений народно-сценического танца;
- различать ритм, понимать стиль и характер движений разных народов;
- иметь представление о русской народной пляске;
- уметь самостоятельно станцевать простейший русский или национальный танец;
- понимать характер бального танца, исполняемого в зале, на сцене, дома;
- знать правила исполнения элементов балльных танцев, обладать чувством стиля;
- знать основные позиции в паре европейских и латиноамериканских танцев;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии, истоках русского балета.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся к концу шестого года обучения:

- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- владеть культурой движения рук;
- знать законы общей координации тела, ног, рук, головы, законы равновесия;
- знать программный материал по русскому народному и народно-сценическому танцу;
- уметь выполнять сложные технические движения;
- иметь понятие о балансе, посыле корпуса и противодвижении корпуса, уметь применять их на практике;
- иметь представление о зарождении заподноевропейского балетного театра;
- знать общую характеристику современного балетного театра;
- уметь характеризовать новые формы хореографического искусства.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности школьников, прошедших курс обучения по данной программе, можно считать: музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа, благородство манеры исполнения, понимание единства формы и содержания танца.

Показателем танцевальной культуры является наличие у учеников нравственной воспитанности, выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи, доброжелательности.

Итогом шестилетних занятий по программе учебно-творческой деятельности хореографического коллектива «Эдельвейс» средней общеобразовательной школы № 6 служит дальнейшая концертная деятельность учащихся в данном образовательном учреждении.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерный учебно-тематический план 1 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		1 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Ритмика			
1.1	Элементы музыкальной грамоты	8	4	14
1.2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	12	4	16

1.3	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	8	2	10
1.4	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	12		12
2.	Партерная гимнастика и акробатические элементы			
2.1	Упражнения общей физической подготовки	22	8	30
2.2	Гимнастика	22	8	30
2.3	Акробатические элементы	6	2	8
3.	Основы классического танца			
3.1	Упражнения у станка	20	8	28
4.	Основы русского народного танца			
4.1	Основные положения рук	6	4	10
4.2	Положения рук в парных танцах	6	4	10
4.3	Открывание и закрывание рук	6	4	10
4.4	Массовые танцы для детей	10		10
5.	Народно-сценический танец			
5.1	Экзерсис на середине зала	22	8	30
	Итого:	160	56	216

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

РИТМИКА

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнение хлопками, притопами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений. Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие правильной осанки, гибкости, музыкальности.

1. Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- характера музыки (весёлый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетной формы (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительный: четверть – шаг, восьмая – бег);
- пауз (четвертной, восьмой).

2. Упражнения на развитие ориентации в пространстве:

- построение в колонну по одному, по два;
- расход парами, четвёрками в движении и на месте;
- построение в круг, движение по кругу.

3. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:

- напряжение и расслабление мышц рук;
- сгибание кистей вниз, вверх, вперёд, назад;
- поднимание рук вверх и опускание вниз;
- напряжение и расслабление мышц ног;
- вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево;
- наклоны, повороты головы;
- круговые движения плечами.

4. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:

- «играем в скакалку», «мяч», «сажаем картошку», «собираем ягоду»,
- «проснулись-потянулись»,
- движения в образах сказочных персонажей: Зайца, Лисы, Волка, Кота и Мышей и т.п.

Музыкальный материал: «Громче-тише», муз. В. Туманян; «Чувство», муз. М. Глинки; «Вышивание», муз. Т. Островской; «Полька», муз. П. Чайковского; «Моя лошадка», муз. А. Гречанинова; «Посеяли девки лён», русская народная; «Пионерский марш», муз. М. Фрадкина; «Этюд», муз. Т. Ломова.

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ

Знакомство с партерной гимнастикой. Вовлечение в работу мышц всего организма, работа на расслабление и на напряжение, настройку и восстановление функций мышц. Изучение правил техники безопасности при выполнении упражнений. Изучение правил выполнения упражнений на растяжку. Комплекс упражнений на растяжку и гибкость призван улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. В ходе занятий позвоночник обретает гибкость, а тело ловкость и точность движений.

Упражнения общей физической подготовки

1. Упражнения на развитие «мышечного чувства»
 - динамические упражнения
 - статические упражнения
2. Упражнения на напряжение и расслабление мышц в положении лёжа, сидя
3. Силовая тренировка мышц живота, спины, рук и грудных мышц
4. Приседания. Виды приседов.
5. Отжимания. Виды отжиманий.
6. Планка. Виды планок (статика, динамика).
7. Упражнение «Берпи».
8. Упражнение «Уголок».
9. Упражнение «Ягодичный мостик».
10. Упражнения для укрепления голеностопного сустава
11. Упражнения на развитие подвижности коленного сустава
12. Упражнения на развитие подвижности тазобедренного сустава
13. Силовая тренировка мышц ног

Гимнастика

1. Гимнастическая затяжка ноги. Виды затяжки
2. Упражнения на развитие гибкости позвоночника
3. Упражнения на развитие выворотного положения ног
4. Упражнения на развитие шага, партерные растяжки
5. Подводящие упражнения для выполнения фигуры «шпагат»

Акробатические элементы

1. Стойка на лопатках
2. «Мост» из положения лежа и сидя

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Элементарные сведения о классическом танце как азбуке танца. Постановка корпуса, рук, ног. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Упражнения у станка

1. Позиции ног - 1, 2, 3.
2. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3
3. Деми плие по 1, 2, 3, 4 позициям
4. Батман тандю из 1 и 3 позиции в сторону, вперед и назад
5. Демирон де жамб партер (ан деор, ан дедан) из 1 позиции по точкам: вперед-в сторону, в сторону-вперед, позднее назад.
6. Релеве лян на 45 градусов из 1 и 3 позиций в сторону

7. Прыжки по 1 и 6 позициям (тан леве соте)
8. Подъем на полупальцы по 6 и 1 позициям
9. Пор де бра по позициям: подготовительная-1-3-1- подготовительная
10. Все упражнения изучаются лицом к станку.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов и движений на середине, развитие координации движений. Движение по кругу по одному, в парах. Беседы о значении танца в жизни русского народа.

Основные положения рук:

- 1.Подготовительное.
- 2.Первое: руки на талии.
- 3.Второе: руки подняты на уровне груди вперёд, ладони повернуты слегка вверх.
- 4.Третье: руки раскрыты в стороны.
- 5.Четвёртое: руки скрещены на уровне груди.

Положения рук в парных танцах:

1. Руки внизу.
2. Руки впереди.
3. Руки наверху.
4. Руки сзади.
5. Руки подняты и согнуты в локтях.
6. Под руки.
7. Одной рукой за талию.
8. Рука на плече.
9. На плечах друг друга.
10. Крест-накрест
11. Левые руки перед собой, правые руки над головой.

Открывание и закрывание рук:

1. Открывание и закрывание одной руки в сторону.
2. Открывание и закрывание обеих рук в сторону.
3. Поочерёдное открывание и закрывание рук.

Движения в танцах различных областей России вводятся по мере усложнения и изучения особенностей танцев данной местности:

1. Простой поклон на месте.
2. Простой поклон с продвижением вперёд.
3. Одинарный притоп.
4. Тройной притоп.
5. Простой шаг вперёд.
6. Шаг плавный, скользящий женский.
7. Переменный шаг вперёд.
8. Быстрый шаг вперёд.
9. Русский галоп.
10. Простая «ковырялочка»: носок, каблук.
11. Припадание по 6 позиции вперёд с продвижением.
12. Подготовка к присядкам: приседания по 6 позиции.
13. Подскоки.
14. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала

Массовые танцы для детей:

- «Как у наших у ворот» (муз. народная),
 «Полянка» (муз. народная),
 «Пойду ль я, выйду ль я» (муз. народная),

«Как пошли наши подружки» (танец-игра),
«Плетень» (танец-игра).

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов на середине. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон
2. Основные положения и движения рук:
 - ладони, сжатые в кулачки, на талии, руки скрещены на груди,
 - *положения рук в парах:*
 - держась за одну руку, за две, под руку, «воротца»,
 - *положения рук в круге:*
 - держась за руки,
 - «корзиночка»,
 - «звёздочка»,
3. Русские ходы и элементы русского танца:
 - простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
 - переменный ход с фиксированием ноги спереди,
 - переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
 - тройной шаг на полупальцах с ударом
4. «Припадание» по 1 прямой позиции, вокруг себя по 1 прямой позиции
5. Подготовка к «веревочке» без полупальцев, без проскальзывания
6. Подготовка к «молоточкам» по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади,
7. Подготовка к «моталочке» по 1 прямой позиции
8. «Гармошечка»:
 - начальная раскладка с паузами в каждом положении
 - «лесенка»,
 - «елочка»,
9. «Ковырялочки»:
 - простая, в пол
 - в чередовании с одинарными и двойными притопами.
10. Основы дробных выстукиваний:
 - простой притоп,
 - двойной притоп,
 - в чередовании с приседанием и без него,
 - в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой),
 - подготовка к двойной дроби
 - переборы каблучками ног
 - переборы каблучками ног в чередовании с притопами
11. Хлопки и хлопушки для мальчиков:
 - одинарные,
 - двойные,
 - тройные,
12. Подготовка к присядкам и присядки:
 - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),
 - подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,

- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям
- подскоки на двух ногах,
- поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,
- присядки на двух ногах,
- присядки с выносом ноги на каблук,
- 13. Подготовка к вращениям на середине зала
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты приемом plie-каблучки,
- подскоки по четвертям круга
- подготовка к tours (мужское).
- 14. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- уметь различать характер и темп музыки,
- уметь строиться в колонну по одному, по два, по четыре на месте и в продвижении,
- уметь выполнять движения: полуприседания, танцевальный шаг с носка, одинарные и двойные притопы, боковые и приставные шаги, тройные хлопки, переменные подскоки,
- иметь представление о характере исполняемых танцев,
- знать элементарные правила общения в паре,
- иметь общее представление о танце, его видах.

Примерный учебно-тематический план 2 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		2 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Ритмика			
1.1	Элементы музыкальной грамоты	6	4	10
1.2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	6	4	10
1.3	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	8	2	10
1.4	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	10		10
2.	Партерная гимнастика и акробатические элементы			
2.1	Упражнения общей физической подготовки	18	6	24
2.2	Гимнастика	18	8	26
2.3	Акробатические элементы	12	8	20
3.	Основы классического танца			
3.1	Упражнения у станка	12	6	20
4.	Основы русского народного танца			
4.1	Движения русского танца	8	4	10
4.2	Массовые танцы для детей	8		8
5.	Народно-сценический танец			
5.1	Экзерсис у станка	14	6	20
5.2	Экзерсис на середине зала	14	6	20
5.3	Белорусский народный танец	10	4	14
5.4	Украинский народный танец	10	4	14

	Итого:	154	62	216
--	--------	-----	----	-----

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

РИТМИКА

1. *Элементы музыкальной грамоты.*

Определение и передача в движении:

- характера музыки (спокойный, торжественный);
- темпа (умеренный);
- метроритма (длительностей: половинной, целой);
- размеров (2\4, 3\4);
- сильных и слабых долей;
- двухдольного и трёхдольного размеров.

2. *Упражнения на развитие ориентации в пространстве:*

- положение в парах;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну;
- построение из круга в одну шеренгу, в две, в четыре и обратное перестроение на месте, в продвижении.

3. *Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:*

- разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки);
- напряжение и расслабление мышц шеи, плечевого пояса, корпуса.

4. *Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:*

- «весёлые барабанщики»,
- «конники»,
- «неуклюжий медведь»,
- «цирковые лошадки»,
- «снежинки»,
- «спортсмены» («хоккеисты», «лыжники» и др.),
- движения в образах любимых героев мультфильмов.

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ

Упражнения ОФП для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц. Изучение правильного дыхания во время выполнения упражнений. Повторение правил исполнения движений. Изучение правил техники безопасности при выполнении сложных элементов. Общие принципы упражнений на гибкость и пластику, их роль в общей акробатической подготовке. Правила выполнения упражнений на растяжку. Выполняются упражнения для стоп и тазобедренных суставов: подготовка мышц, связок и суставов для классического экзерсиса. Работа над выворотностью стоп и тазобедренных суставов.

Упражнения общей физической подготовки

1. Силовая тренировка мышц живота, спины, рук и грудных мышц
2. Отжимания. Виды отжиманий.
3. Планка. Виды планок (статика, динамика).
4. Упражнения для укрепления голеностопного сустава
5. Упражнения на развитие подвижности коленного сустава
6. Упражнения на развитие подвижности тазобедренного сустава
7. Силовая тренировка мышц ног
8. Маховые упражнения (броски ногами с увеличением амплитуды по направлениям)
9. Кардио-тренинг (тренировка с использованием аэробных физических нагрузок)
10. Упражнение в парах.

Гимнастика

1. Гимнастическая затяжка ноги. Виды затяжки
2. Упражнения на развитие гибкости позвоночника
3. Упражнения на развитие выворотного положения ног
4. Упражнения на развитие шага, партерные растяжки
5. Упражнения на развитие баланса
6. Подводящие упражнения для выполнения фигуры «шпагат»
7. Шпагат и его виды
 - поперечный шпагат,
 - продольные шпагаты

Акробатические элементы

1. Стойка на лопатках
2. Стойка на груди
3. Стойка на локтях
4. «Мост» из положения сидя и стоя
5. Кувырок назад
6. Кувырок вперед
7. Переворот назад,
8. Колесо

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Упражнения первого года обучения повторяются в более ускоренном темпе. Изучается подготовительное положение руки (препарасьон), закрывание руки на два заключительных аккорда. Координация рук, ног, корпуса, головы. Тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте)

Упражнения у станка

1. Позиции ног - 1, 2, 3, 4, 5.
2. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3
3. Деми плие по 1, 2, 3 позициям (к концу года боком к станку)
4. Батман тандю из 1 позиции в сторону, вперед и назад,
5. Батман тандю с деми плие из 1 позиции в сторону, вперед и назад
6. Батман тандю жете лицом к станку из 1 позиции в сторону
7. Демирон де жамб партер (андеор, андедан) из 1 позиции по точкам: вперед-в сторону, в сторону-вперед, позднее назад.
8. Релеве лян на 45 градусов из 1 и 3 позиций вперед в сторону боком к станку
9. Перегибы корпуса назад, стоя лицом к станку
10. Прыжки по 1, 2, 6 позициям (тан леве соте) лицом к станку
11. Подъем на полупальцы по 1, 2, 4, 6 позициям
12. Первое и второе пор де бра

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Продолжение разучивания элементов и движений русского народного танца. Вводятся небольшие танцевальные комбинации. Учащиеся знакомятся с истоками русского народного танца.

Движения русского танца:

1. Поклоны.
2. Простой шаг назад.
3. Переменный тройной шаг.
4. Переменный шаг с каблука.
5. Медленный русский ход.

6. Шаркающий шаг.
7. «Ёлочка».
8. Припадание по 3 позиции.
9. Тройные переступания.
10. Переступания с выносом ноги на каблук.
11. Присядка по 6 позиции с выносом ноги на каблук вперёд.
12. «Мячик» с одинарным хлопком впереди.
13. Быстрый бег в ритмическом разнообразии.
14. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала

Массовые танцы:

«Где был Иванушка» (муз. народная),
 «Ой, вставала я ранёшенько» (муз. народная),
 «Выйду ль я на реченьку» (муз. народная),
 «Как на тоненький ледок» (муз. народная),
 «Ворон» (танец-игра, русская народная прибаутка).

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Начало изучения движений у станка лицом к палке.

Экзерсис у станка

1. Releve-plies (по 1 прямой, 1,2,3 позициям).
2. Releve-plié (с оттяжкой от станка на каблук назад по 1 прямой позиции).
3. «Волна».
4. Подготовка к «штопору».
5. Portdebras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.
6. Подготовка к «сбивке».
7. Для мальчиков подготовка к присядкам:
 - мячик боком к станку
 - присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону,
 - с выведением ноги вперед.
8. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.
9. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.
10. С выходом во вторую позицию широкую на каблук.
11. «Моталочка» по первой прямой и по 3 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.
12. «Молоточки» по первой прямой и 3 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.
13. Прыжки:
 - а) поджатые в сочетании с tempslevés aуте,
 - б) «итальянский» shangements de pieds.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:
 - простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);
 - с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).
2. Основные положения и движения русского танца:
 - переводы рук из одного основного положения в другое
 - движение рук с платочком
3. Положения рук в парах:
 - под «крендель»,
 - накрест,

- для поворота в положении «окошечко»,
- правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

4. Положение рук в рисунках танца:

- в тройках,
- в «цепочках»,
- в линиях и в колоннах,
- «воротца»,
- в диагоналях и в кругах,
- «карусель»,
- «корзиночка»,
- «прочесы».

5. Ходы русского танца:

- простой переменный ход на полупальцах,
- тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него – шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом),
- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
- шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию,
- ход с каблучка с мазком каблуком,
- ход с каблучка простой,
- «бегущий» тройной ход на полупальцах,
- простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
- бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции,
- такой же бег с различными ритмическими акцентами,
- комбинации с использованием изученных ходов.

6. Припадания:

- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,

7. «Веревочка»:

подготовка к «веревочке» на высоких полупальцах,
«косыночка»,
простая «веревочка»
двойная «веревочка» – второе полугодие,

8. «Молоточки» простые.

9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

10. Все виды «гармошечек»:

- «лесенка»,
- «елочка» в сочетании с plies полупальцами, с приставными шагами и припаданиями.

11. «Ковырялочка»:

- с отскоком и броском ноги на 30°,
- с переступаниями на опорной ноге.

12. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:

- простые (до щиколотки),
- простые (до уровня колена),
- с ударом по 1 прямой позиции,

13. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук

14. Дробные движения:

- двойные притопы,

- тройные притопы,
- притопы в продвижении,
- притопы вокруг себя,
- ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,
- простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),
- простые переборы каблучками,
- переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,
- переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),
- тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),
- «ключ» простой.

15. Полуприсядки:

- простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,
- с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,
- с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
- с выходом на каблучки в широкую вторую позицию,
- с выходом на каблучки, ноги раскрыты вперед-назад,
- аналогично с поворотом корпуса.

16. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала.

Белорусский народный танец

Элементы и движения танца «Крыжачок»:

Притопы одинарные.

Подскоки на двух ногах по 6 позиции на месте.

Тройные подскоки.

Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

Основной ход «Крыжачка».

Поочередное выбрасывание ног на каблук.

Тройные притопы с поклоном.

Присядка на двух ногах по 6 позиции с продвижением вперед, назад, в сторону.

Элементы и движения танца «Бульба»:

Подскоки с тройным переступанием на месте и с продвижением.

Подскоки на полупальцах по 6 позиции с поворотом корпуса вправо и влево.

Боковые шаги в сторону с притопом и в повороте.

Удары под левой ногой, имитирующие копку картофеля.

Тройные переступания.

Движения рук, связанные с посадкой картофеля.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала.

Украинский народный танец

Элементы и движения танца:

Основные положения ног и рук

«Веревочка»: - простая; - с продвижением назад.

Притопы:

- одинарный;

- двойной (перескок с двумя поочередными ударами стоп по 1-й прямой позиции).

«Голубцы» одинарные в сторону с притопом.

«Дарижка проста» («припадание» - шаг в сторону с последующим переступанием по 5-й свободной позиции).

«Переменный шаг»

Положения в парах, тройках.

Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на полупальцы с выносом ноги на каблук.

Pasdebasque: - на трех переступаниях

«Бигунец».

«Похид-вильный» - стелящиеся прыжки вперед в длину.

«Дорижка плетена» («припадание» - шаги в сторону с последующими поочередными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади).

«Выхлясчик» с «угинанием» («ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперед).

7. «Веревочка» в повороте.

«Подбивка» из стороны в сторону.

«Голубцы»:

- подряд в движении из стороны в сторону;

- с продвижением в сторону с поворотом на полкруга.

Подготовка к вращению и вращение на месте «обертас»

«Тынок» на месте и с поворотом (прыжок).

«Ползунок» вперед и в сторону.

Револьтад (разучивается у станка).

Большой «голубец» (разучивается у станка).

Комбинации и этюды на основе пройденного материала.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- уметь определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты; характер музыки, темп;
- уметь определять двухдольный и трёхдольный размеры;
- уметь передать в движении сильную и слабую доли;
- уметь выполнять подражательные движения и передавать образы героев мультфильмов и т.п.;
- уметь перестраиваться из круга в одну шеренгу, две, четыре и обратно;
- уметь исполнять движения: шаг с подскоком, переменный шаг, попеременный вынос ноги вперёд на носок и каблук, подскоки на двух ногах, двойной и тройной прыжки, «ковырялочку», галоп, шаг польки и др.;
- уметь выразительно исполнять программные танцы и игры.

Примерный учебно-тематический план 3 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		3 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Ритмика			
1.1	Элементы музыкальной грамоты	6	2	8
1.2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	6	2	8
1.3	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	8		8
1.4	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	10		10
2.	Партерная гимнастика и акробатические элементы			
2.1	Упражнения общей физической подготовки	16	4	20
2.2	Гимнастика	16	6	22

2.3	Акробатические элементы	12	6	18
3.	Основы классического танца			
3.1	Упражнения у станка	12	6	18
3.2	Упражнение на середине	10	4	14
4.	Основы русского народного танца			
4.1	Движения русского танца	8	4	12
4.2	Массовые танцы для детей	8		8
5.	Народно-сценический танец			
5.1	Экзерсис у станка	14	6	20
5.2	Экзерсис на середине зала	16	6	22
5.3	Итальянский танец	10	4	14
5.4	Польский танец	10	4	14
	Итого:	162	54	216

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

РИТМИКА

1. Элементы музыкальной грамоты.

Определение и передача в движении:

- структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза);
- формы (двухчастная, трёхчастная);
- размера 4\4;
- репризы.

2. Упражнения на развитие ориентации в пространстве:

- перестроение группы из круга в квадрат;
- перестроение из круга в рассыпную и снова в круг;
- построение двух концентрических кругов;
- «воротца», «звёздочка», «карусель», «змея»;
- движение в колонну по одному из углов по диагонали с переходом в центре

через одного;

- перестроение в парах: обход одним партнёром другого и одной пары другой.

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

4. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:

- «ветерок и ветер»,
- «разведка»,
- «на речке»,
- «клоуны»,
- «под дождём»,
- ритмическая игра «вопрос-ответ»,
- «хитрая лиса» и т.д.

Танцевальные импровизации на музыку, выбранную учителем.

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА И АКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ

Повторение ранее изученных упражнений. Выполнение движений с большой амплитудой. Статические упражнения. Укрепление сердечно-сосудистой системы, улучшения кровообращения и дыхательной системы. Развитие отдельных мышц, несущих основную нагрузку при выполнении специализированных для конкретного танцевального направления упражнений. Изучение техники безопасности при выполнении стойки, при выполнении переворотов.

Упражнения общей физической подготовки

1. Силовая тренировка мышц живота, спины, рук и грудных мышц
2. Отжимания. Виды отжиманий.

3. Планка. Виды планок (статика, динамика).
4. Упражнения для укрепления голеностопного сустава
5. Упражнения на развитие подвижности коленного сустава
6. Упражнения на развитие подвижности тазобедренного сустава
7. Маховые упражнения (броски ногами с увеличением амплитуды по направлениям)
8. Кардио-тренинг (тренировка с использованием аэробных физических нагрузок)
9. Статические упражнения
10. Упражнения на фитболе
11. Круговой тренинг

Гимнастика

1. Упражнения на развитие гибкости позвоночника
2. Упражнения на развитие выворотного положения ног
3. Упражнения на развитие шага, партерные растяжки
4. Упражнения на развитие баланса
5. Шпагат и его виды
 - поперечный шпагат,
 - продольные шпагаты,
 - шпагаты у станка,
 - шпагаты навесу

Акробатические элементы

1. Стойки
 - на руках,
 - на груди,
 - на локтях,
 - на плече
 Стойка с выходом в ягодичный мостик,
 Стойка на руках в мост.
2. Перевороты.
 - мост в переворот,
 - переворот вперед,
 - переворот назад,
 - переворот с одной рукой,
 - переворот назад с выходом на грудь
3. Колесо
4. Рондат

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Позы классического танца. Эпольман (круазе, эффасе). Понятия о поворотах ан деор и ан дедан. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра
 Координация рук, ног, головы в классических позах
 Тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Все упражнения второго года обучения исполняются боком к станку, темп исполнения движений увеличивается

Упражнения у станка

К упражнениям классического экзерсиса у станка добавляются:

1. Гран плие по 1, 2, 3 позициям (лицом к станку)
2. Батман тандю из 5 позиции во всех направлениях
3. Батман тандю жете из 3 позиции во всех направлениях
4. Релеве лян на 45 градусов из 5 позиций вперед в сторону позднее назад.
5. Подготовка к батману ффраппе, положение ноги сюрле ку де пье (обхватное и условное)
6. Подъем на полупальцы по всем позициям

7. Па курю

Упражнения на середине

1. Позы классического танца – эпольманкруазе, эффасе с ногой на полу.
2. Первое и второе пор де бра.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Продолжается изучение элементов и движений русского народного танца. Учащиеся знакомятся с основным жанром русского народного танца – хороводом, его видами. Разучиваются основные фигуры хороводов. Примеры хороводов по видам (на усмотрение педагога).

Виды хороводов: вечерошные, игровые, круговые, узорчатые.

Фигуры хороводов: «круг», «звёздочка», «карусель» или «большая звёздочка», «корзиночка», «цепочка».

Движения русского танца:

1. Медленный русский ход с открыванием ноги вперёд.
2. «Гармошка».
3. «Маятник».
4. Притопы на сильную долю, на слабую долю, двумя ногами.
5. «Молоточки».
6. Русские переборы.
7. «Ковырялочка» с подскоком.
8. Простой ключ на переступаниях.
9. Дробная дорожка каблуками.
10. Присядка в сторону на каблук.
11. Разножка на полу в стороны.
12. Простая «верёвочка».
13. «Моталочка» на полупальцах с двух ног попеременно.
14. Одинарные удары ладонью по бедру, по голенищу.
15. «Мячик» с двумя и тремя ударами в ладоши.
16. Вращения на месте с припаданием по 3 позиции.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Массовые танцы:

«Ах, вы, сени, мои сени» (муз. народная),

«Светит месяц» (муз. народная),

«На горе-то калина» (муз. народная),

«Барыня» (муз. народная).

Игровые хороводы:

«Веретенце» (муз. народная; Сибирь),

«Гулял барин» (муз. народная; Калининская область).

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Изучение элементов у станка, которые можно перенести на середину зала, танцевальных композиций, развивающих координацию движений. Изучаются элементы польского и итальянского танцев.

Экзерсис у станка

1. Demipliesigrandplies (полуприседания и полные приседания).
2. Battementstendus (скольжение ногой по полу).
3. Battemetstendusjetes (маленькиеброски).
4. Pastortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
6. Ronddejambeparterre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.

8. Большое каблучное.
9. Battemetsfondus (мягкий, тающий).
10. Developpe, relevent (вынимание и подъем ноги).
11. «Веребочка».
12. Дробные выстукивания.
13. Grandsbattementsjetes (большиеброскиногой).

Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Portdebrasв определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. «Качалочка» простая, в раскладке.
5. «Качалочка» с акцентом.
6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.
7. «Качалочка» с выведением ноги на каблук.
8. Прыжковые «голубцы»:
 - с двух ног на две
 - прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.
9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
10. Подготовка к прыжку attitudеназад.
11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.
12. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом)
13. Присядка с выносом ноги на воздух на 45.
14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45.
15. Подготовка к revoltade. Исходное положение – нога сзади в 4 позиции на носке.
16. Опускание на колено в характере украинского танца, переход с колена на колено.

Экзерсис на середине зала

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.
2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца
 - движения с платочком: – платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения, – полуокружности перед собой вправо и влево, – взмахи на вращениях из первой в третью позицию, – используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,
 - движения с шалью и платком
3. Виды русских ходов и поворотов:
 - простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,
 - «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания,
 - широкий шаг- «мазок» на 45 и 90 с сокращенным подъемом,
 - боковой приставной на plieс выведением через подмену ноги на 45 и 90 в сторону,
 - хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,
 - переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,
 - ходы с каблучков: простые, на вытянутых ногах, акцентированные, в plie, с выносом на каблук вперед,
 - боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,
 - боковые припадания с поворотами,
 - припадания по линии круга с работой рук,

- бег на переменной смене ног и на полупальцах,
- бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,
- повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,

- повороты с выносом ноги на каблук,
- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),
- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками», – повороты приемом «каблочки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

4. «Веревочки»:

- простая в повороте,
- двойная в повороте,
- с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию,
- всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.

5. «Ковырялочки»:

- простые,
- в повороте на 90 , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,
- с отскоком и большим броском на 90 ,
- в сочетании с различными движениями русского танца,
- воздушные на 30 , 45 , 90 ,
- в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на 90 с использованием бросков ноги приемом *jétesc* вытянутым и сокращенным подъемом,
- с перекрестным отходом назад или в позу,
- с остановкой в 5 позицию на полупальцах,
- с использованием переступаний через положение *retérepri* помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,
- в трюковых диагональных вращениях.

7. «Гармошечки»:

- простая на вытянутых ногах и на *demiplié*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,
- в повороте, в диагональном рисунке с руками,
- в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,
- с чередованием приставных шагов, с *pasdegagé*, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

8. Припадания:

- боковые с двойным ударом спереди,
- вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.

9. Перескоки и «подбивки»:

- перескоки в повороте,
- перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),

- неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,
- поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,
- подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).

10. Дробные выстукивания:

- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой, – синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *retereu* колена невыворотно,
- соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,
- соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой,
- двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,
- двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,
- «ключ» с использованием двойной дроби.

11. Присядки:

- присядка с «ковырялочкой»,
- присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,
- подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,
- «гусиный шаг»,
- «ползунок» вперед и в сторону на пол.

12. Прыжки:

- прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте,
- прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам,
- прыжок с ударами по голенищу спереди,
- «лягушка».

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Итальянский народный танец

Элементы и движения танца «Тарантелла»:

Положение рук в танце.

Положение ног.

Движение с тамбурином.

Скольжение носком вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании.

Шаг с ударом носка по полу и одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад.

Бег на месте и с продвижением вперёд.

Перескоки с ноги на ногу.

Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.

Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3 свободной позиции на месте и в повороте.

Соскок двумя ногами во 2 позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой.

Маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу.

Прыжок на одну ногу вперёд с одновременным откидыванием другой ноги, согнутой на 45 и 90 градусов.

Поворот внутрь и наружу.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала.

Польский танец «Мазурка».

Элементы и движения танца

Основной ход мазурки

-па галя;

-па марше (лёгкий бег);

«Отбияне» скольжение одной ноги с подбивкой

«Голубец» solo и в паре.

«Голубец» с продвижением в сторону.

Balancee изучается solo и в паре.

До-за-до;

-на движении «голубцы» и balancee;

- на движении «осн. ход» и balancee;

-на движ. Вальса;

Опускание на колено;

-с шага;

-с выпадом;

Повороты (solo и в паре).

Обводка девушки за руку;

-стоя на колене;

-стоя на выпаде;

Вращение в паре внутрь;

«Кабриоль» в сторону на 45 градусов;

«Обертас» (мужское);

Заклучение простое и двойное.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- уметь определять структуру музыкального произведения, четырёхдольный размер;
- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки;
- знать направления движения по линии танца, против линии танца.
- знать и выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включённые в программу третьего года обучения;
- иметь навыки для создания красивой осанки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу;
- уметь импровизировать движения на заданную тему.

Примерный учебно-тематический план 4 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		4 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Основы классического танца			
1.1	Упражнения у станка	14	4	18
1.2	Упражнение на середине	14	6	20
2.	Русский народный танец			
2.1	Фигуры хороводов	10	2	12
2.2	Движение русского танца	16	4	20
2.3	Орнаментальные хороводы	16	2	18
3.	Народно-сценический танец			
3.1	Экзерсис у станка	18	4	22
3.2	Экзерсис на середине зала	20	4	24

3.3	Молдавский танец	16	2	18
3.4	Венгерский танец	16	2	18
4.	Современный танец			
4.1	Основы овладения техникой джаз-модерн танца	18	6	24
4.2	Импровизация в современном танце	8	2	10
5.	История хореографического искусства			
5.1	Происхождение танца и хореографии.		4	4
5.2	Основные виды хореографического искусства		4	4
5.3	Современный балетный театр		4	4
	Итого:	166	50	216

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Обобщение полученных практических навыков и знаний. Большие и маленькие позиции рук. Позы классического танца - эпольман (круазе, эффасе), первый арабеск. Упражнения на координацию движения рук и головы в пор де бра.

Упражнения у станка

1. Разученные ранее элементы движений исполняются в различных комбинациях.
2. Дополнительно изучаются:
3. Деми плие по 4 позиции
4. Гран плие по 5 позиции
5. Батман тандю пасса партер из 5 позиции во всех направлениях
6. Батман тандю пике из 5 позиции во всех направлениях
7. Рон де жамб партер (андеор, андедан) слитно
8. Батман фондю носком в пол по всем направлениям.
9. Батман фразе носком в пол по всем направлениям.
10. Релеве лян на 45 градусов из 5 позиции вперед в сторону, назад
11. Подъем на полупальцы по всем позициям
12. Гран батман жете в сторону, стоя лицом к станку.
13. Перегибы корпуса вперед, назад, стоя боком к станку по 5 позиции.
14. Па де бурре с переменной ног лицом к станку.
15. Прыжки па эшапе, шанжман де пье, па ассамбле лицом к станку.

Упражнения на середине

1. Гран плие по 1, 2, 5 позициям.
2. Батман тандю по 1 позиции впереди в сторону.
3. Позы классического танца – эпольманкруазе, эффасе с открытой ногой носком в пол, первый арабеск носком в пол.
4. Прыжки соте, па ассамбле лицом к станку.
5. Второе и третье пор де бра.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Изучаются более сложные элементы и движения русского танца, требующие соответствующей координации исполнения и силовой нагрузки. Учащиеся знакомятся с особенностями исполнения орнаментальных или узорчатых хороводов различных местностей России.

Фигуры хороводов:

«два круга рядом», «круг в круге», «восьмёрка», «улитка», «змейка», «стенка», «колонна», «пускать стрелу», «гребень», «полумесяц».

Движения русского танца:

1. Поклоны обрядовые:
- хороводный праздничный поклон женский;

- мужской праздничный обрядовый поклон.
- 2. «Верёвочка» двойная.
- 3. Простой ключ на подскоках.
- 4. Дробная дорожка на полупальцах.
- 5. Дроби:
 - с подскоком;
 - тройные поочерёдные выстукивания;
 - в «три ножки»;
 - в сочетании с полупальцами и переступанием.
- 6. «Голубец».
- 7. «Гусиный шаг».
- 8. «Подбивка».
- 9. Хлопушечный ключ.
- 10. Хлопушки скользящие: в ладоши, по бедру, по голенищу, по подошве.
- 11. Вращение по 2 и 4 позиции на месте.
- 12. «Молоточки» с поворотом.
- 13. Вращение по диагонали переступанием, быстрым бегом.
- 14. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала

Орнаментальные хороводы:

- «Корзиночка» (север России, Архангельская обл.),
- «Стоит кузня» (средняя полоса, Рязанская обл.),
- «С поясами» (юг России, Курская обл.),
- «Я по бережку похаживала» (Сибирь).

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Продолжается изучение элементов у станка, требующих соответствующей координации и силовой нагрузки. Добавляются перегибы корпуса, полуповороты.

Изучаются элементы молдавского и венгерского танцев.

Экзерсис у станка

1. Demiplier, grandplier (полуприседания и приседания).
2. Battementstendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortilla (развороты стоп).
4. Battements tendusjetes (маленькие броски).
5. Ronddejambeaparterre (круговые скольжения по полу).
6. Большое каблучное.
7. Battemetsfondus (мягкое, тающее движение).
8. «Верёвочка».
9. Battemetsdevelloppe.
10. Дробные выстукивания.
11. Grands battements jetes (большие броски).

Экзерсис на середине зала

1. «Глубокий поклон»:
 - ниже пояса;
 - все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.
2. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).
3. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.
5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.
6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.
7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопах.

8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.
9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.
10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).
11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.
12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).
13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).
15. «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
16. «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
17. «Моталочка» на всей стопе и на полупальцах.
18. «Ковырялочка» с отскоками.
19. «Молоточки»
20. Дробные выстукивания:
 - «ключ» дробный
 - «Ключ» дробный
 - «Ключ» хлопучечный;
 - три дробные дорожки с заключительным ударом;
 - поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
 - «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
 - дробь в продвижении
21. Хлопушки мужские:
 - поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;
 - удары двумя руками по голенищу одной ноги;
 - удар по голенищу вытянутой ноги;
 - хлопушки на поворотах;
 - «ключ» с хлопушкой.
22. Трюковые элементы (мужские):
 - «разножка» в воздухе;
 - «щучка» с согнутыми ногами;
 - «крокодильчик»;
 - «коза»;
 - «бочонок»

Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей

1. Приемом plie-releve (два на месте, третий - plie-подготовка, четвертый - вращение) –
2. Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).
3. Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).
4. Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).
5. Разучивается остановка вращений с выходом в плие и на полупальцы.
6. Припадания мелкие, быстрые.
7. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотом, с соскоком во 2 позицию
8. «Обертас» по 1 прямой позиции
9. «Обертас» с rond на 45 и на 90 градусов
10. Вращения для мальчиков: tours, pirouettes.
11. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

Вращения по диагонали класса

1. Tour-riqué в раскладке, с рукой с платочком в русском характере.

2. Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) 4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках – 2 полугодие.

3. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.

4. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.

5. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».

6. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.

7. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

1. Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.

2. Подскоки, вращение за один шаг.

3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.

4. Бег по 1 прямой позиции.

5. «Шаг-каблук», вращение за один шаг.

6. Tour-richeв раскладке с рукой с платочком (русское) в 3 позицию.

7. Мужские трюковые вращения.

Венгерский народный танец.

Элементы и движения танца:

Положение ног

Положение рук

Основной ход для медленной части.

Основной ход для быстрой части.

Остановка с ударом в ладоши.

Шаг в сторону с переступаниями;

До-за-до (изучается в паре).

Ход с выносом согнутой ноги к колену.

«Верёвочка» на месте и продвижением назад.

«Голубец» с продвижением в сторону.

«Голубец»;

-простой с подбиванием ноги в сторону;

-в прыжке с двойным ударом по 1 прям. поз.;

«Голубец» с вращением на месте (изучается в паре).

Ключ;

-одинарный;

-двойной;

Заключение;

-одинарное;

-двойное;

Ход с выбрасыванием ноги вперед с одинарным ударом.

«Хлопушка».

Опускание ноги на подъём с продвижением вперед.

Верёвочка на месте и с переступаниями вперед и назад;

«Верёвочка» с поворотом.

Кабриоль.

Ход с кабриолем.

Переборы на 360 градусов;

Поворот по 5 открытой позиции;

Комбинации и этюды на основе пройденного материала.

Молдавский народный танец.

Положения ног.
 Положения рук в сольных и массовых танцах.
 Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).
 Бег с отбрасыванием ног назад.
 Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
 Припадания со сменой позиции спереди и сзади.
 Ход на одну ногу с прыжком.
 Боковой ход с каблука.
 Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.
 Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30 градусов в перекрещенное положение.
 Мелкие переступания на полупальцах ног на месте вокруг себя и с продвижением.
 Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.
 Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках.
 Прыжок с поджатыми ногами.
 «Ключ» молдавский.
 Тройные переборы ногами.
 Подъем девушки за талию на месте и с переносом
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

Формирование и развитие у обучающихся представления о современном танце и его специфике направлений в хореографии. Формирование необходимых для занятий способностей: выносливость, концентрация, внимание, умение ориентироваться в пространстве. Технические принципы исполнения джазового танца.

Основы овладения техникой джаз-модерн танца:

Упражнения на середине зала.

1. Основные позиции ног в джаз танце.
2. Изоляция.
 - Изолированная работа головы в положении стоя (наклоны вперед и назад, наклоны вправо и влево, повороты вправо и влево, zundari вперед, назад, из стороны в сторону).
 - Изолированная работа плеч в положении стоя (вверх – вниз, вперед – назад).
 - Изолированная работа рук в положении стоя (кисти, от локтя, от плеча).
 - Изолированная работа грудной клетки в положении стоя (из стороны в сторону, вперед – назад).
 - Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя (вперед – назад, из стороны в сторону).
 - Изолированная работа ног, стоп в положении стоя (стопа --flex и point, prance, pastortilla, catchstep; от колена).
3. Упражнения в партере на изоляцию.
 - Изоляция головы (может выполняться во всех уровнях).
 - Изоляция плеч (исполняется в позициях «сидя»)
 - Изоляция грудной клетки.
 - Изоляция таза (в положении «стоя на четвереньках» и в положении «стоя на коленях»).
 - Изоляция рук.
 - Изоляция ног.
4. Упражнения stretch-характера (растяжка) в партере
 - Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point)
 - Упражнения stretch-характера в положении лежа.

- Упражнения stretch-характера в положении сидя.
 - 5. Упражнения в партере для развития подвижности позвоночника.
 - Наклоны торсом вперед в «frog» позиции.
 - Фиксируемые наклоны торса к ногам в первой позиции сидя.
 - Фиксируемые наклоны торса к ногам во второй позиции сидя.
 - Выходы на маленькие мостики.
 - Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, highrelease.
 - 6. Дополнительный тренаж на координацию и ориентацию в пространстве.
- Наиболее распространенные варианты уровней.

Стоя:

- Верхний уровень (на полупальцах);
- Средний уровень (на всей стопе);

Нижний уровень (колени согнуты).

«На четвереньках»:

- Опора на руках и коленях;
- Одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;
- Одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

На коленях:

- Стоя на двух коленях;
- Стоя на одном колене, другая нога открыта на пол в любом направлении.

Сидя:

- Frogposition («лягушка»- колени согнуты, стопы вместе)
- Первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед)
- Вторая позиция (ноги разведены в стороны);
- Третья позиция (положение «swastika», но столпы плотно прижаты к ягодицам)
- Четвертая позиция или «swastika»;
- Пятая позиция (ноги согнуты в коленях, щиколотки скрещены);
- Колени согнуты и соединены вместе (стопы стоят на полу параллельно);
- Соссух - позиция: ноги вместе, колени согнуты, голени в воздухе и параллельны полу
- Джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);
- Сидя на одном бедре (колени опорной ноги согнуто, на ней тяжесть корпуса, свободная нога открыта назад или в сторону);
- Crossedswastika (скрещенная свастика).

Лежа:

- На спине;
- На животе;
- На боку.
- 7. Передвижение (cross).
 - Отработка устойчивости (апломба)
 - Шаги: flatstep.
 - Прыжки: с двух ног на две (jump):
 - Temps sauté.
 - Temps sauté поточкам.
 - Tempssauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.
- 8. Вращения: повороты на двух ногах

Импровизация в современном танце как раздел урока в джаз-танце и модерне
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

Тема 1. Происхождение танца и хореографии.

Тема 2. Основные виды хореографического искусства.

Тема 3. Современный балетный театр для детей.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- владеть методикой исполнения упражнений классического и народно-сценического танца у станка и на середине зала;
- иметь представление об орнаментальных и игровых хороводах, отличительных особенностях их исполнения;
- знать основные движения русского народного танца, уметь правильно их исполнять;
- чувствовать национальный характер, ритм;
- понимать характер бального танца, исполняемого в зале, на сцене, дома;
- знать позиции в паре бального танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального программного материала;
- иметь понятие о балетном спектакле.

Примерный учебно-тематический план 5 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		5 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Основы классического танца			
1.1	Упражнения у станка	16	4	20
1.2	Упражнение на середине	16	4	20
2.	Русский народный танец			
2.1	Фигуры групповых плясок:	6	2	8
2.2	Движения русской пляски:	8	2	10
2.3	Исполнение групповых плясок	8	2	10
3.	Народно-сценический танец			
3.1	Экзерсис у станка	16	4	20
3.2	Экзерсис на середине зала	18	4	22
3.4	Танцы народа Ближнего Востока	16	2	18
3.5	Цыганский танец	16	2	18
3.6	Испанский танец	16	2	18
4.	Современный танец			
4.1	Основы овладения техникой джаз-модерн танца	22	6	28
4.2	Импровизация в современном танце	10	2	12
5.	История хореографического искусства			
5.1	Выразительные средства хореографии.		4	4
5.2	Истоки русского балета.		4	4
5.3	Сюжетный балетный спектакль.		2	2
5.4	Начало хореографического образования в России.		2	2
	Итого:	168	48	216

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Обобщение и закрепление полученных практических навыков и знаний. Все упражнения повторяются в ускоренном темпе. Изучается уровень подъема ног,

добавляются полупальцы опорной стопы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну, с одной на две). Позы классического танца – 1, 2 арабеск.

Упражнения у станка

1. Усложнение комбинаций у станка.
2. Дополнительно изучаются:
3. Батман тандю пике из 5 позиции во всех направлениях
4. Батман дубль фраппе лицом к станку.
5. Гран батман жете в сторону, назад лицом к станку.
6. Па де бурре в повороте лицом к станку.
7. Прыжки жете.

Упражнения на середине

1. Исполняются упражнения, разученные у станка, кроме батмана фондю и батмана фраппе
2. Позы классического танца – эпольманкруазе, эффасе с открытой ногой носком в пол.
3. Прыжки шанжман де пье, па ассамбле (маленькое).
4. Пор де бра 1, 2, 3, 4

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской, с её отличительными особенностями. Увеличение количества технически сложных движений русского танца, работа над характером и манерой их исполнения.

Фигуры групповых плясок:

1. «Звёздочка»,
2. Шен («перехватка»),
3. «Карусель»,
4. «Челнок»,
5. «Ручеёк»,
6. «Волна»

Виды русской народной пляски:

- одиночная мужская и женская;
- парная;
- перепляс;
- массовый пляс;
- групповая пляска (местные особенности исполнения).

Движения русской пляски:

1. Переменные шаги в сочетании с подскоками, дробями, «моталочкой».
2. Беговые ходы с «молоточками», «голубцами», подбивкой.
3. «Моталочка» в сочетании с поворотом, «молоточками», «ковырялочкой».
4. Верёвочка простая и двойная, в сочетании с «ковырялочкой», ножницами, различными выстукиваниями.
5. Дроби в их ритмическом разнообразии.
6. Переборы простые и сложные.
7. Вращения:
 - дробный ключ в повороте;
 - «молоточки» с поворотом;
 - «ковырялочка» с поворотом;
 - дробная дорожка в повороте;
 - хлопушка в повороте и т.д.
8. **Комбинации и этюды** на основе пройденного материала

Примеры исполнения групповых плясок (фрагментов):

«Восьмёрка» (Архангельская обл.),

«Вятская топотуха» (Кировская обл.),
«Гусачок» (Смоленская обл.),
«Тимоня» (Курская обл.),
«Орловская матаня»,
«Шестёрка» (Урал),
«Чиж» (Красноярский кр.),
«Барыня с подныром» (Иркутская обл.)

Примеры групповых плясок могут быть даны по усмотрению педагога.

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Продолжается изучение новых элементов у станка и на середине зала, увеличение количества элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнёром. Продолжение работы над характером исполнения итальянского, белорусского, татарского танцев. Изучаются элементы танцев народа Ближнего Востока и цыганского танца, элементы испанского танца. К концу года составляются более трудные комбинации и небольшие композиции.

Экзерсис у станка

1. Demipliesigrandplies (полуприседания и приседания).
2. Battementstendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortille (развороты стоп).
4. Battemetstendusjetes (маленькие броски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя).
6. Rond d ejambeparterre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.
8. Большое каблучное.
9. Battemetsfondus (мягкое, тающее движение).
10. «Веребочка».
11. Battmentdeveloppe.
12. Дробные выстукивания.
13. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

1. «Праздничный поклон».
2. Припадания накрест (быстрое).
3. Ускоренная «гармошечка» (без plie) вокруг себя;
4. Простая и двойная с поворотом на 360 в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах;
5. «Моталочка» с поворотом.
6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке.
8. Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.
9. Дробные выстукивания в характере танца «Матаня» и «хлопушки».
10. Трюки мужского характера: «кольцо»; «пистолет»; «экскаватор»; «циркуль»; «склепка»; «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы; «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
3. Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.
4. Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.

5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

1. Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demiplie;
2. Shaine в сочетании с вращением на каблук;
3. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grandrondприемом «обертас» с высотой на 450 - 1 полугодие и 900 - 2 полугодие.
4. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
5. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
6. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

1. Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.
2. Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.
3. Вращения в характере изученных национальностей

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Танцы Ближнего Востока

Элементы и движения танца:

Положение ног и рук.

Поклон.

Движение кистей рук:

- сгибания и разгибания в запястьях;
- повороты внутрь и наружу;
- щелчки пальцами;
- хлопки в ладоши.

Движения рук:

- плавные переводы в различные положения;
- резкие акцентированные взмахи;
- сгибания и разгибания от локтя;
- волнообразные движения от плеча.

Движения плеч поочерёдные и одновременные:

- вперёд, назад;
- короткие – вниз, вверх;
- круговые движения;
- дрожание.

Смещение головы из стороны в сторону.

Ходы:

- шаг вперёд с последующими скользящими шагами;
- поочерёдные переступания;

«Гармошка».

Опускание на колени.

Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, другая вытянута вперёд.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Цыганский танец

Элементы и движения танца:

Основной ход вперёд (сценический вид).

Ход с продвижением назад

Женский боковой ход

Проходка с юбкой

Широкий ход накрест

Повороты
Чечётка
Хлопушки
Голубец с пристукиванием
Прыжки на месте с юбкой
Тряска плечами
Тряска плечам на полу
Быстрые вращения на месте
Техника рук
Владение тамбурином, шалью
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Испанский сценический танец

Элементы и движения танца:

Положения ног
Положения рук
Ходы:
-удлинённые шаги в полуприседании с продвижением вперёд в прямом положении;
-удлинённый шаг вперёд на всю стопу
Сценическийходpasdebasque
Соскоки
Удлинённый шаг в сторону
Скользящее движение
Balancee с различным положением корпуса и рук
Sissonepasdebourree
Простейшие выстукивающие движения: чередование ударов стопы с ударами полупальцев, удары каблучков и полупальцев
Glissade (сценический ход).
Навыки владения веером
Переводы рук в различные положения;
«Сапатеадо»
Опускание на колено
Пируэты на двух ногах по первой «малой» испанской позиции, по седьмой «большой» позиции в перекрещенном положении со скошенной стопой работающей ноги.
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

Продолжение формирования необходимых для занятий способностей: выносливость, концентрация, внимание, умение ориентироваться в пространстве. Воспитание чувства партнёрства и творческой активности. Развитие образного мышления и желание импровизировать

Основы овладения техникой джаз-модерн танца:

1. Изоляция: Крест, Квадрат, Круг, Полукруг, восьмерка.
Использование разноритмических музыкальных произведений при исполнении движений
2. Demi-plie и releve
– По параллельным и выворотным позициям.
– Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот
– Изменение динамики исполнения: быстро, медленно.
3. Упражнения для развития подвижности позвоночника
Проучивание flatback вперед из положения стоя.

4. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя:
 - Изучение curve, arch,
 - Проучивание roll down и roll up
 - Изучение sidestretch.
5. Упражнения в партере
 - Contraction, release на четвереньках.
 - Bodyroll в положении круазе сидя
 - Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point).
 - Grand batman вперед, из положения, лежа на спине.
 - Grand batman в сторону из положения, лежа на боку.
 - Grand batman в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках.
6. Упражнения stretch-характера (растяжка)
 - Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону (вторая джазовая позиция ног в партере).
 - Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.
 - Упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук.
 - Введение элементарных акробатических элементов: выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты.
7. Передвижение (cross):
 - Twist: «триплеты» и «квадроплеты»;
 - Шаги: tapstep;
 - Прыжки: с одной ноги на другую с продвижением (leap).
8. Вращения: повороты на одной ноге.
9. Танцевальная комбинация включает в себя движения из всех разделов урока.

Импровизация в современном танце как раздел урока в джаз-танце и модерне
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

Тема 4. Выразительные средства хореографии.

Тема 5. Истоки русского балета.

Тема 6. Начало хореографического образования в России.

Тема 7. Сюжетный балетный спектакль.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- знать правила исполнения основных движений классического танца, владеть чувством позы;
- уметь исполнять движения в различных ритмах и темпах;
- знать правила исполнения движений народно-сценического танца;
- различать ритм, понимать стиль и характер движений разных народов;
- иметь представление о русской народной пляске;
- уметь самостоятельно станцевать простейший русский или национальный танец;
- понимать характер бального танца, исполняемого в зале, на сцене, дома;
- знать правила исполнения элементов бальных танцев, обладать чувством стиля;
- знать основные позиции в паре европейских и латиноамериканских танцев;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии, истоках русского балета.

Примерный учебно-тематический план 6 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		6 год обучения		
		практика	теория	всего
1.	Основы классического танца			
1.1	Упражнения у станка	16	6	22
1.2	Упражнение на середине	16	6	22
2.	Русский народный танец			
2.1	Местные особенности некоторых элементов народного танца	12	4	16
3.	Народно-сценический танец			
3.1	Экзерсис у станка	18	4	22
3.2	Экзерсис на середине зала	20	4	24
3.3	Танцы народов Кавказа	18	4	22
3.4	Ирландский танец	18	4	22
4.	Современный танец			
4.1	Тренаж танцевальной техники	28	8	36
4.2	Контактная импровизация	10	4	14
5.	История хореографического искусства			
5.1	Зарождение балетного театра		4	4
5.2	Зарождение и становление действенного балета 18 века		4	4
5.3	Современный балетный театр		4	4
5.4	Новые формы хореографического искусства		4	4
	Итого:	152	60	216

ШЕСТОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Культура движения рук, выразительность, закономерности перехода рук из одного положения в другое. Законы общей координации движения ног, корпуса, головы и рук.

Упражнения у станка

1. В упражнения вводятся маленькие позы (эффасе вперед и назад), повороты на двух ногах на 180 градусов.
2. Дополнительно изучаются:
3. Батман фондю на 45 градусов по всем направлениям.
4. Батман фраппе на 45 градусов по всем направлениям.
5. Пти батман сюрле ку де пье с акцентом вперед и назад.
6. Рон де жамб партер на деми плие.
7. Батман сутеню носком в пол.
8. Па купе на всю стопу
9. Батман девелоппе по всем направлениям.

Упражнения на середине

Исполняются упражнения, разученные у станка.

Дополнительно изучаются:

1. Танлие партер.
2. 1,2 арабеск носком в пол.
3. Маленькое адажио из пройденных элементов.
4. Прыжки: шанжман де пье, па ассамблее с открыванием ноги в сторону и вперед, па жете, па эшаппе..
5. Па де бурре в повороте.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Продолжение изучения местных особенностей исполнения групповых плясок. Работа над выразительностью создаваемого образа. Разучивание различных движений русской пляски и танцевальных комбинаций.

Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской, с её отличительными. Увеличение количества техничных движений, работа над характером и манерой их. Изучение сложных элементов русского танца. Техника исполнения прыжков, трюков, вращений, хлопунк.

Местные особенности некоторых элементов народного танца:

1. Дроби:

- «в две ноги», «в три ноги»;
- «перетопы»;
- сибирская;
- орловская дробная дорожка, синкопированная.

2. Ходы:

- воронежский девичий ход;
- ход «Смоленского гусачка»;
- простые шаги в сочетании с дробью и игрой рук;
- сибирские переборы;
- бег с носка с подскоком по 6 позиции;
- ход с каблучка с раскрытием рук в сторону от груди;
- ход «ковырялочкой»;
- калужский ход с работой бёдер и рук.

3. Комбинации и этюды на основе пройденного материала

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

При изучении новых национальных танцев следует особое внимание уделять характеру и манере исполнения. На примере рисунков, танцевальной лексики показать отличительные особенности изучаемых народных танцев. Для изучения на данном этапе предлагаются танцы народов Кавказа и ирландский танец.

Экзерсис у станка

1. Demipliesigrandplies (полуприседания и приседания).
2. Battementstendus (скольжение ногой по полу)
3. Pas tortille (разворотыстоп).
4. Battemetstendusjetes (маленькиеброски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя), на материале цыганского танца.
6. Ronddejambeparterre (круговые скольжения по полу).
7. Большое каблучное.
8. Battemetsfondus (мягкое, тающее движение).
- 9.«Веребочка».
10. Battmentdeveloppe.
11. Дробные выстукивания.
12. Grands battements jetes (большиеброскиногой).

Экзерсис на середине зала

1. Поклон в выбранном национальном характере.
2. Ускоренная «гармошечка» (без plie) в сочетании с degaje.
3. «Веребочки»: простая, с подскоком на одной ноге, двойная, три веревочки и подскок с поджатыми ногами; в сочетании со всевозможными приемами поворотов; на основе национального характера.
4. «Моталочка» – «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.

5. Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
6. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
7. Ход с подбивкой и продвижением вперед.
8. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
9. Шаг-бег с наклоном в корпусе.
11. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).
12. «Хлопушки» и «закладки» в продвижении, в характере пройденных национальных танцев.
13. Трюки мужского характера: – «склепка»; – «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы. – «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

1. Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки
2. Двойное и тройное («скоростное») shaine.
3. Вращение на одной ноге с открытой в сторону 4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.
4. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца. Вращения по диагонали зала
5. Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотной;
6. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grandrond приемом «обертас»
7. Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
8. Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и parterre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.
9. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
10. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.
Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Танцы народов Кавказа

Элементы и движения танца:

Положения рук.

Движения рук:

- волнообразное;
- вращение кистей рук от себя;
- повороты кистей рук ладонями вверх и вниз;
- вздрагивание кистей рук;
- перемена направлений рук.

Простые шаги.

Переменный ход с каблука на низких полупальцах.

Мужской бег вперёд с отбрасыванием ноги назад, согнутой в колене.

Ход в подскоке «шалахо».

Ход с вынесением свободной ноги на пятку.

Ход с лёгким приседанием.

Боковое движение – «хадардыкяна» - вправо или влево путём перевода в сторону то пятки, то носка одной и другой ноги.

Движение женское «хардлык» - мелкие боковые шаги с переступанием одной ноги накрест другой.

Боковая присядка с отбрасыванием ноги от колена назад, в сторону.

Ходы на полупальцах и на носках («пальцевая техника»),

Шаги со скользящим движением с переменным акцентом левой и правой ног;

Характерные «стрелочки», «дорожки», «ковырялочки»,

Пружинящие подскоки с переменным касанием земли «пятка-носок» и правой и левой ног;

Подскоки – «ножницы» с нарочитым выворачиванием пятки;

Переменные прыжки на полупальцах или носках одной ноги.

Давла

Гасма

Чаквра

Сванури

Шиперхили

Опускание на колено, с переходом на другое и заключительным пируэтом

Прыжок с падением, на колени.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

Ирландский танец

Элементы и движения танца:

Постановка корпуса, позиции ног, положения рук.

Аут (out)

Антраша

Бабочка (butterfly)

Байсикл (bicycle, «велосипед»)

Браш (brush)

Бокс (box)

Боди (body)

Драм ролл (drummingrolls)

Джамп (jump, «прыжок»)

Джамповер (jumpover, leap)

Джамп аут (jumpout)

Кат (cut, «резать»)

Клик (click) и его разновидности

Кик (kick)

Лидераунд (lead around)

Пойнт (point)

Пойнтэндбэк (point&back)

Променад (promenadestep, «прогулочный шаг», «деревенский шаг»)

Птичка (bird)

Пятерка - элемент ирландского степа, состоящий из пяти ударов

Райзинг степ (risingstep, сходен с rise&grand) – базовый джиговый элемент, представляющий из себя связку «хоп, хоп бэк, хоп бэк, 3 шага на месте»

Риловый прыжок

Сайд степ (sidestep, «боковой шаг»)

Свинг (swing) – имеет два значения:

Круговые вращения парами в кейли танцах

Сольный элемент, представляемый собой прыжок вверх с высокой поднятой согнутой ногой сзади.

Стамп (stump)

Слайд (slide иначе «tip&dawn»)

Семерка - как правило, элемент ирландского степа, состоящий из семи ударов
Севенс (sevens) - элемент ирландских кейли танцев, представляющий собой повторяющийся сайд степ слева-направо и обратно.

Тёрнс (turns)

Твист (twist)

Той (toe)

Требл (treble) – основной элемент степового ирландского танца, состоящий из двух ударов и его виды.

Тройка - элемент ирландского степа, состоящий из трех ударов. Иногда так называют 3-хенд.

Фигура - часть ирландских кейли

Хил (heel)

Хоп (hop, «прыжок, скачок»)

Хопбэк (hopback)

Чендж (change)

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой. Активное передвижение в пространстве. Дополнительный тренаж на координацию. Использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя.

Тренаж танцевальной техники

1. Соединение разогрева в единую комбинацию из движений и геометрических фигур, изученных ранее,
2. Разноритмические комбинации, соединение с движениями других центров.
3. Использование падений и подъемов во время комбинации
4. Комбинации с использованием contraction, release
5. Упражнения стрэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.
6. Комбинации шагов, соединенные с вращениями и статичными позами.
7. Вращение как способ перемещения в пространстве
8. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360
9. Комбинации прыжков в диагональ
10. Соединение шагов с изолированными движениями центров
11. Комбинации шагов в различных направлениях
12. Координация шага и движений изолированных центров
13. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Контактная импровизация

1. Танцевальная импровизации "Джем-сешн"
2. Тренинг «фантазирую телом»
3. Пластические зарисовки от первых ощущений
4. Определение сцен, отрывков, кусков.
5. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов с использованием импровизации и их показ.

Комбинации и этюды на основе пройденного материала

ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

Тема 7. Зарождение балетного театра.

Тема 8. Зарождение и становление действенного балета 18 века.

Тема 9. Русский балетный театр конца 18 – начала 19 вв.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся:

- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- владеть культурой движения рук;
- знать законы общей координации тела, ног, рук, головы, законы равновесия;
- знать программный материал по русскому народному и народно-сценическому танцу;
- уметь выполнять сложные технические движения;
- иметь понятие о балансе, посыле корпуса и противодвижении корпуса, уметь применять их на практике;
- иметь представление о зарождении заподноевропейского балетного театра;
- знать общую характеристику современного балетного театра;
- уметь характеризовать новые формы хореографического искусства.

Материально-методическое обеспечение программы:

- соответствующая подготовка преподавателя;
- привлечение специалистов по определенным видам танца;
- наличие специально оборудованного класса для занятий (зеркала по периметру класса, станок двух уровней, коврики для партерной гимнастики, комната для переодевания учащихся, комната для хранения сценических костюмов и реквизита);
- наличие у детей репетиционной формы;
- наличие необходимого инвентаря (гимнастические мячи, барабаны, скакалки, обручи, флажки, ленты и др.);
- обеспеченность уроков музыкальным сопровождением (фортепиано, баян, аудио и видеоаппаратура);
- наличие сценической площадки.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

Система зачётов позволяет педагогу проследить степень усвоения учениками программного материала.

Критерии определения уровня усвоения программы:

«--» - неясное, расплывчатое о правилах исполнения танцевальных движений и понятиях по разделам программы, неспособность восприятия учебного материала,

«+» - четкое и правильное восприятие учебного материала, активно-положительное отношение к хореографическому искусству, но недостаточно устойчивое проявление знаний и навыков,

«++» - устойчивое проявление танцевальных знаний, умений и навыков, активное восприятие содержания музыкальных произведений и хореографических постановок.

Карта определения уровня усвоения программы:

Ф.И. ребенка	Уровни усвоения программы		
	Начало уч. г.	Середина уч. г.	Конец уч.г.
1. Иванов И.	+	+	++
2. Петров П.	--	+	++
...			
12. Сидоров С.	--	--	+
Итого:	3	4	5

Карта определения уровня усвоения программы заполняется на каждую группу 3 раза в год:

- 1 раз - на начало учебного года;
- 2 раз - во время промежуточной диагностики;
- 3 раз - в конце учебного года.

Качество образовательных результатов оценивается педагогом, систематизируется и обсуждается с родителями. Таким образом, фиксируется успешность и динамика развития каждого ребёнка.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ритмика и танец. Программа. – М. 1980.
2. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. – М.: Просвещение, 1972.
3. Фридман Г. Практическое руководство по музыкальной грамоте. – М.: музыка, 1976.
4. Шушкина З. Ритмика. – М.: Музыка, 1976.
5. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1976.
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1986.
7. Ярмолович Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца. – М.: Искусство, 1968.
8. Балет: Энциклопедия. – М.: Сов. энциклопедия, 1981.
9. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981.
10. Устинова Т. Русский народный танец. – М.: Искусство, 1976.
11. Яицкая Д. Методика собирания и записи танцевального фольклора. – М., 1981.
12. Заикин Н.И. Областные особенности русского народного танца. – Орёл, 1999.
13. Зацепина М., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманыц В. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1976.
14. Стуколкина Н. Четыре экзерсиса. – М.: ВТО, 1972.
15. Ткаченко Т. Народные танцы. – М.: Искусство, 1975.
16. Васильев М., Рождественская Н. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1968.
17. Гусев С. Детские бытовые массовые танцы. – М., 1985.
18. Соколовский Ю. Основы педагогики балльной хореографии. Уч. Пособие. – М., 1976.
19. Современный балльный танец. – М., 1978.
20. Е.И. Мошкова Ритмика и балльные танцы для начальной и средней школы. – М.: Просвещение, 1997.
21. Бриль И. Практический курс джазовой импровизации. – М., 1982.
22. Никитин В. Модерн-джаз-танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.
23. Кодлиер. Джеймс Линкольн. Становление джаза. – М., 1985.
24. Современные танцы. – М.: Сов.Россия, 1970.
25. Ягодинский В. Ритм, ритм, ритм. – М., 1985.
26. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1964.
27. Красовская В.М. История русского балета. – Л.: Искусство, 1978.
28. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр. – Л.: Искусство, 1979.
29. Фокин М.М. Против течения. – Л.: Искусство, 1981.
30. Ермакова М. В. Роль импровизации в танцевальных занятиях для детей – М.: «Спутник+», 2012.
31. Полятков С.С. Основы современного танца – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.
32. Судакова М. В. Современный танец - Хабаровск: ХГТУ, 2005.
33. Даренская Н. В. Импровизация как одна из форм развития хореографического искусства – Казань, 2016
34. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. Челябинск: ЧГИИК, 1996.
35. Котельникова Е.Т. Биомеханика хореографических упражнений. Л.: Искусство, 1986.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.
2. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. Москва, «Искусство», 1989.
3. Красовская В. История русского балета. Ленинград, «Искусство», 1978.
4. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна, «Феникс+», 2002.

5. Поэль Карп. Младшая муза. Москва, «Детская литература», 1986.
6. Ткаченко Т. Народный танец. М.: «Искусство», 1967.
7. Абызова, Лариса. Теория и история хореографического искусства. Глоссарий. Учебное пособие. - Санкт-Петербург, "Композитор", 2015.
8. Филиппова А.Л. История хореографического искусства. Учебное пособие для детских школ искусств. – Краснодар, 2023.