

Отраденское управление министерства образования Самарской области

структурное подразделение  
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней  
общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр»  
с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области  
дом детского творчества

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 5 от «27» 06 2025 г.

Утверждаю  
Руководитель СП ДП ГБОУ СОШ №2  
«ОЦ» с. Кинель-Черкассы  
В.А. Аристархов  
«27» 06 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
«Чародеи хореография»**

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 5-18 лет.

Срок реализации: 5 лет.

Разработчики:  
Саенко Елена Владимировна,  
педагог дополнительного образования

с. Кинель-Черкассы, 2025 г.

## Оглавление

• <a href="#">Краткая аннотация</a> .....	3
• <a href="#">Пояснительная записка</a> .....	3
• <a href="#">Учебный план программы</a> .....	9
• <a href="#">Содержание 1 года обучения</a> .....	10
• <a href="#">Содержание 2 года обучения</a> .....	14
• <a href="#">Содержание 3 года обучения</a> .....	19
• <a href="#">Содержание 4 года обучения</a> .....	25
• <a href="#">Содержание 5 года обучения</a> .....	31
• <a href="#">Воспитательная деятельность</a> .....	38
• <a href="#">Обеспечение программы</a> .....	41
• <a href="#">Словарь терминов</a> .....	42
• <a href="#">Список литературы</a> .....	45
• <a href="#">Приложение 1 (Календарный учебный график)</a> .....	47

### Краткая аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чародеи хореография» (далее – Программа) включающая в себя 3 модуля обучения. Данная программа содействует гармоничному развитию детей и подростков, формированию художественно-эстетического вкуса, воспитанию художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Данная программа разработана на основе опыта деятельности автора в качестве педагога дополнительного образования дома детского творчества, посещения мастер-классов педагогов из Санкт-Петербурга, Москвы.

### Пояснительная записка.

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Чародеи хореография» художественная.

**Актуальность** данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа помогает решать целый комплекс вопросов, связанных с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании детей и подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающиеся получают навыки владения своим телом, изучают основы хореографии; знакомятся с историей и теорией современного и классического танца; получают возможность для самовыражения в актерской пластике; учатся преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствуют своё мастерство и свой характер; познают способы сосуществования в коллективе.

Программа рассчитана для разной категории детей, в том числе и **для детей с ОВЗ и детей инвалидов**, учитывает специфику социальной неоднородности контингента детей. Задача педагога помочь учащимся и их семьям преодолевать трудности в различных жизненных ситуациях, внедрять элементы инклюзивного образования, решать вопросы многонационального состава учащихся в силу регионального компонента, что позволяет, помимо обучения, воспитания и творческого развития личности, решить ряд других социально значимых проблем, таких как: занятость детей, их самореализацию и социальную адаптацию, формирование здорового образа жизни, профилактику безнадзорности и правонарушений.

Программа направлена на предоставление дифференцированной помощи; обеспечение возможности вербальной и невербальной коммуникации для обучающихся с выраженными проблемами коммуникации, в том числе: воспитание самостоятельности и независимости при освоении доступных видов деятельности; формирование интереса к занятиям хореографии, в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы.

**Программа ориентирована на следующие приоритетные направления социально-экономического и территориального развития Самарской области:**

- развитие культурных индустрий и творческого предпринимательства на территории региона;
- развитие и поддержка сектора креативных индустрий (обеспечение свободы творчества в самых разнообразных областях, содействие в создании новых креативных пространств, поддержка креативных проектов).

Программа разработана в соответствии с нормативно - правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441).

**Новизна** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса она является модульной.**

**Отличительной особенностью** программы в сравнении с ранее созданными программами художественной направленности преимущество данной программы заключается в привитии ощущения собственной значимости в обществе, проявлении творческой инициативы, осознании своих возможностей и развитии целеустремлённости; приобщении ребёнка к культурным традициям хореографического искусства.

Хореография является важным элементом культуры современного общества, во многом определяя его развитие и оздоровление.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена тем, что занятия по программе «Чародеи хореография» способствует гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формированию художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности. Через совместную творческую деятельность воспитываются такие качества как образное мышление и фантазия, коллективизм, инициативность, дисциплинированность. Программа ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Программа предусматривает «базовый» уровень освоения содержания программы, предполагающий использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и терминов, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно – тематического направления программы.

#### **Цель и задачи программы**

**Цель:** выявление, развитие и реализация творческих способностей детей через жанр хореографии.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями хореографии;
- познакомить с историей танца;
- знакомить с новым материалом по «восходящей спирали», каждый год знания, умения и навыки по определенным темам преподаются и развиваются на более высоком и сложном уровне;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

*Развивающие:*

- Развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- Оптимизировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата учащихся, исходя из их подготовленности и природных данных(правильная осанка, профилактика плоскостопия и т.д.);
- Развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

*Воспитательные:*

- сформировать художественно-эстетический вкус, умение понимать, чувствовать музыку;
- воспитать устойчивую мотивацию к саморазвитию и творчеству;
- воспитать творческую и социальную активность, положительные личностные качества: самостоятельность, ответственность, коммуникабельность, гражданскую позицию личности;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- воспитать умения принимать решения и осуществлять их, которое позволит учащимся реально оценивать собственные ресурсы, осознанно выбирать сферу применения имеющихся способностей;
- привить интерес к танцевальному творчеству;
- способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** от 5 – 18 лет.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чародей хореография» составлена с учётом физиологических и психологических особенностей каждого возраста, так как по программе вместе со всеми занимаются дети, имеющие ограниченные возможности здоровья. При приеме ребенка на обучение обращается внимание на рекомендации психолога и лечащих врачей. Зачисление обучающихся производится на основании медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией.

Программный материал разработан в соответствии с возрастными особенностями детей, которые присущи определенному периоду жизни, комплекс анатомо-физиологических и психологических качеств характерных для большинства людей одного возраста.

**Возраст 5-6 лет.** Основные достижения возраста, которого связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познаваемой позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

**Возраст 7 до 9 лет** – это особый период в жизни ребенка. В этот период происходит активное *анатомо-физиологическое* созревание организма. Изменения нервной системы закладывают основу для нового этапа умственного развития ребенка.

Возрастает подвижность нервных процессов, отмечается равновесие процессов возбуждения и торможения, хотя процессы возбуждения преобладают, что определяет такие характерные особенности младших школьников как непоседливость, повышенная эмоциональная возбудимость и т.п.

Из особенностей анатомо-физиологического созревания заслуживают внимания следующие моменты: развитие крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому дети лучше выполняют сравнительно сильные и размашистые движения, чем те, которые требуют точности. Важно также иметь в виду неравномерность анатомо-физиологического созревания детей.

Взросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, и в целом для детей остается характерной высокая утомляемость и повышенная эмоциональная возбудимость.

*Мышление* приобретает теоретический характер. Ребенок учится мыслить научными понятиями, которые в подростковом возрасте становятся основой мышления, сталкивается с музыкальными терминами и понятиями средств музыкальной выразительности. В области *восприятия* происходит переход от непроизвольного к целенаправленному произвольному наблюдению за музыкально-художественным объектом, подчиняющемуся определенной задаче. *Память* приобретает ярко выраженный характер. Идет интенсивное формирование приемов запоминания. Учитель должен уметь руководить *приемами запоминания и воспроизведения* для того, чтобы процесс обучения и воспитания имел положительные результаты танцевальной деятельности.

**Возраст 10-11 лет.** Это самый трудный и самый интересный возраст и для учащегося, и для педагога. Продолжается формирование организма. Происходит процесс осознания себя как личности. Дети начинают ценить в людях волевые качества, ум, характер, независимость. Но это и период психологической неуравновешенности: резкая смена настроения, переход от экзальтации к депрессии и наоборот, нарастание общего возбуждения, и ослабление всех видов условного торможения. Это наиболее трудный возраст эмоционального развития, повышенной тревожности. Тревожность проявляется в двигательном беспокойстве (сжимание рук, покусывание губ), в эмоциональном внутреннем возбуждении (слезы, сердцебиение), в состоянии напряжения (скованность, мышечная зажатость).

Дети 10 лет наиболее активны на занятиях и еще не потеряли той детской непосредственности, которая так выгодно отличает их от подростков. Однако они уже приобрели много знаний, у них развивается чувство коллективизма. Опыт работы показывает, что основу коллектива должны составлять дети именно этого возраста. Ребята занимаются с любовью и увлечением.

**Возраст 11-13 лет.** Занятия с учащимися средних классов имеют сложную систему организации, это связано с изменениями физиологических процессов организма в подростковом возрасте. Учебный процесс предполагает более сложную систему развития

исполнительских навыков. Большое внимание уделяется повторению и закреплению материала.

В этом возрасте происходит переоценка сил, стремление выделиться, но и стремление к анализу и самоконтролю. Это возраст, когда закладывается отношение к трудолюбию. От педагога требуется особое внимание, осторожность при постановке задач перед детьми: не подчеркивать значение результата, не ориентировать на высокие достижения, но и не сомневаться в возможностях ребенка сделать задание хорошо.

**13-18 лет.** Старшие подростки не только познают действительность, но и вырабатывают к ней соответствующее отношение. Представление о жизни, требования к себе и другим превращаются в убеждения, формирующие мировоззрение, которое начинает выступать в качестве основных мотивов в поведении и деятельности. Как отмечают психологи, мышление подростков полно увлечений и страсти. Особенно остро эмоциональность характера проявляется в спорах, в отстаивании своих взглядов. Выражено стремление объединить свои знания в единую систему и тем самым определить смысл своего существования. Это возраст между детством и юностью, когда осуществляются основные процессы физического созревания. Работая с этой возрастной группой, педагогу необходимо воспитывать волевые качества участников коллектива, поощрять выдержку, упорство, настойчивость.

В этом периоде учащимся доступна сложная координация, точность, отчетливость движений. Развивается художественный вкус: не всегда интересны конкретные, приземленные характеры, образы, сюжеты. Это необходимо учитывать при формировании репертуара коллектива.

В старших классах больше времени уделяется подготовке учащихся к сценической практике. В этот период они учатся применять полученные знания, умения, навыки на практике, т.е. показывать полученные в процессе учебы результаты зрительской аудитории.

Для контроля психолого-педагогического аспекта и для успешной реализации данной программы используются различные методы диагностики (наблюдение, игровые моменты).

#### ***Сроки реализации:***

Программа рассчитана на 5 лет обучения по 108 часов на каждый год.

***Формы обучения*** очная, с возможностью применения электронных образовательных ресурсов и ***дистанционных*** форм обучения:

- учебное занятие
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, конкурсах)
- творческая мастерская
- самостоятельная работа и т.п.

***Форма организации*** деятельности детей – ***групповая, индивидуальная, работа в малых группах.***

#### ***Режим занятий:***

- 1 год обучения - направление «Ритмика» (3 раза в неделю, продолжительность занятия 1 час)
- 2 год обучения – направление «Детская хореография» (3 раза в неделю, продолжительность занятия 1 час)
- 3 год обучения - направление «Классический танец» (2 раза в неделю, продолжительность занятия 1,5 часа)
- 4 год обучения - направление «Народный танец» (2 раза в неделю, продолжительность занятия 1,5 часа)
- 5 год обучения - направление «Современный танец» (2 раза в неделю, продолжительность занятия 1,5 часа)

- Продолжительность занятия 45 минут с перерывами 5-15 мин. Для дошкольников продолжительность занятия – 30 минут с перерывом 5-15 минут.

Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
- в зависимости от специфики концертного номера формируются разновозрастные подгруппы;
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.
- занятия с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья могут быть организованы как совместно с другими обучающимися, так и в отдельной группе, в том числе по индивидуальному учебному плану.
- численный состав вокальной группы может быть уменьшен при включении в него обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

***Наполняемость учебных групп*** не более 24 человек.

### ***Планируемые результаты***

#### ***Личностные:***

- Формируется сознательное отношение к хореографии, потребность к творчеству, совершенствуется исполнительское мастерство;
  - чувство любви к родной стране, к её природе, культуре, с интересом к её истории, уважительном отношении к другим странам, народам, их традициям;
  - чувство гордости за свою страну и малую родину;
  - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре своего народа и других народов, живущих рядом; выработка умения терпимо относиться к людям иной национальной принадлежности;
  - положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
  - наличие мотивации к творческому труду и бережному отношению к материальным и духовным ценностям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
  - начальные навыки саморегуляции;
  - осознанность в отношении к себе как к индивидуальности и, одновременно, как к члену общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам.

#### ***Метапредметные:***

##### ***Познавательные:***

- анализировать информацию;
- преобразовывать познавательную задачу в практическую;
- выделять главное, осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения;
- прогнозировать результат.

##### ***Регулятивные:***

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации в процессе познания;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- конструктивно действовать даже в ситуациях не успеха;
- самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом материале;



- вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагогов, товарищей и родителей;
- готовность оценивать свой труд, принимать оценки одноклассников, педагогов, родителей.

*Коммуникативные:*

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать свою позицию;
- приходить к общему решению в совместной работе сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Учебный план.

№	Название модуля	Количество часов				
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения
1	«Старт»	26	22	29	29	29
2	«Базовый»	30	44	46	33	33
3	«Итоговый»	52	53	33	46	46
	<b>Всего по годам:</b>	108	108	108	108	108

**Критерии оценки знаний, умений и навыков  
при освоении программы**

Для того чтобы оценить усвоение программы, используются следующие методы диагностики: наблюдение, опрос, выполнение творческих заданий, участие в конкурсах и фестивалях в течение года.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством участия в составе группы в конкурсах и фестивалях.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения программы раз в полугодие.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса, умеет пользоваться литературой.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет

анализировать литературные источники, применять полученную информацию на практике.

#### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- наблюдение,
- выполнение творческих заданий,
- участие в фестивалях, конкурсах в течение года.

### **1 год обучения**

#### **Направление «Ритмика»**

#### **Модуль «Старт»**

**Цель:** сформировать у детей музыкально - ритмические навыки правильного и выразительного движения.

#### **Задачи:**

##### *Воспитательные:*

- воспитание эстетически-нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному;

##### *Развивающие:*

- развитие положительной мотивации учащихся к обучению ритмике;

##### *Обучающие:*

- обучение учащихся технике хореографического движения (физические данные: осанка, рост; музыкальная память: чувство ритма, музыкальный слух).

#### **Предметные ожидаемые результаты**

##### **Обучающийся должен знать:**

- правила поведения в хореографическом кабинете;
- что такое осанка, подбородок, растяжка, координация движения, включение в работу различных групп мышц (ног, рук, шеи, спины и т.д.), вытянутый носок, позвоночник (ровный и подтянутый корпус).

##### **Обучающийся должен уметь выполнять:**

- положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы; упражнения «Тик-так», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны»;
- упражнения для рук ног «Утюжок», «Флажок»;
- практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево»;
- движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки;
- Игра-упражнение;

##### **Обучающийся должен приобрести навыки:**

- определения рабочей и опорной ноги;

#### **Учебно-тематический план модуля «Старт»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2
2.	Азбука танцевального движения.	2	12	14
3.	Ритмическая гимнастика.	2	8	10
	<b>ИТОГО:</b>	<b>5</b>	<b>21</b>	<b>26</b>

#### **Содержание модуля «Старт»**

##### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**

##### *Теория:*

- Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

*Практика:*

- Игра на знакомство.
- Правила поведения в хореографическом кабинете.
- Знакомство с изучаемым предметом – детской хореографией.
- Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии.
- Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы населенного пункта.
- Игры «Круг имен», «Снежный ком», «Спроси-расскажи».

**Тема 2. Азбука танцевального движения.**

*Теория:*

- Понятие осанка.
- Постановка корпуса.
- Положение головы. Позиция ног и рук.
- Правила движения под музыку, перестраивания.
- Основные понятия: музыка, темп, такт, мелодия и движение.

*Практика:*

- Упражнения «Поклон-приветствие», «Хлопки в ладоши».
- Положение рук: перед собой, вверх, вниз, справа и слева на уровне головы.
- Упражнения «Тик-так», «Уложить ушко», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны», «Мячик».
- Упражнения для рук ног «Птичка», «Утюжок», «Флажок».
- Практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».

**Тема 3. Ритмическая гимнастика.**

*Теория:*

- Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части.
- Танцевальные позиции ног: I, II, III.
- Танцевальные позиции рук (I, II, III).
- Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях.
- Полуприседания.
- Комбинации хореографических упражнений.

*Практика:*

- Движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки.
- Развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку. Упражнения «Приветствие», «Балет», «Цветочек», «Рисуем солнышко на песке», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка».

**Модуль «Базовый»**

**Цель:** развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства;

**Задачи:**

*Воспитательные:*

- сформировать художественно-эстетический вкус, умение понимать, чувствовать музыку;

*Развивающие:*

- развитие «мышечного чувства» (способности снимать эмоциональное и физическое напряжение);

*Обучающие:*

- обучение учащихся технике хореографического движения (физические данные: выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз; музыкальная память: координация движений).

***Предметные ожидаемые результаты***

Обучающийся должен знать:

- роль двигательных функций (выворотность ног, подъема ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок).

Обучающийся должен уметь выполнять:

- развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку;
- упражнения на постановку корпуса 1,2 (ноги в свободном положении.);
- позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.);
- demi-plie в 1 позиции. Battementtendu в 1 позиции (в сторону);
- упражнения: наклоны вперед, вытянув руки, наклоны вперед, соединив стопу, наклоны в сторону;

Обучающийся должен приобрести навык:

- работы на полной ступне, подъеме ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута);
- сочетания подъема на полупальцах с последующим приседанием по 6 позиции и перенос веса тела с одной ноги на другую.

**Учебно-тематический план модуля «Базовый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Упражнения у станка.	2	12	14
2.	Танцевальные этюды на эмоциональное выражение.	2	4	6
3.	Образные игры.	4	6	10
	ИТОГО:	8	22	30

**Содержание модуля «Базовый»**

**Тема 1. Упражнения у станка.**

*Теория:*

- Что такое осанка. Подбородок. Растяжка
- .Координация движения.
- Включение в работу различных групп мышц (ног, рук, шеи, спины и т.д.).
- Вытянутый носок. Позвоночник (ровный и подтянутый корпус).
- Роль двигательных функций (выворотность ног, подъема ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок).

*Практика:*

- Упражнения на постановку корпуса 1,2 (ноги в свободном положении.)
- Определение рабочей и опорной ноги. Позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.).
- Demi-plie в 1 позиции. Battementtendu в 1 позиции (в сторону).
- Упражнения: наклоны вперед, вытянув руки, наклоны вперед, соединив стопу, наклоны в сторону.
- Подъем ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута).
- Сочетание подъема на полупальцах с последующим приседанием по 6 позиции и перенос веса тела с одной ноги на другую.

**Тема 2. Танцевальные этюды на эмоциональное выражение.**

#### *Теория:*

- Значение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Импровизация в этюде
- Правила составления этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Этюд на выразительность жестов.
- Этюд на сопоставление разных характеров. Мимическая игра (передача мимики).
- Этюд, имитирующий действия человека.

#### *Практика:*

- Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера».
- Игра-упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики. Школа-студия стилизованная игра «Веселые превращения».
- Пластические этюды: «Ежик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда».
- Прыжки: «Пингвин», «Разножка», «Лягушка».

### **Тема 3. Образные игры.**

#### *Теория:*

Образ танца (оригинальность).

- Инсценировка песен.
- Сюжетные композиции.
- Придумывание персонажей и сочинение историй.

#### *Практика:*

«Море волнуется», «Гулливер и лилипуты», «Цапля и лягушка», «Птичий двор». «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки», «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки», «Лягушата», «Лошадки». Тренировка образного мышления: «Зоопарк», «Тугая резинка», «Под дождем», «Лесные жители», «Тряпичные куклы и деревянные».

### **Модуль «Итоговый»**

**Цель:** развитие у учащихся потребности к творческому самовыражению.

#### **Задачи:**

##### *Воспитательные:*

- воспитать творческую и социальную активность;

##### *Развивающие:*

- развитие музыкально-танцевальных способностей учащихся, потребности к творческому самовыражению.

##### *Обучающие:*

- обучение учащихся технике хореографического движения (физические данные: выносливость, ловкость, гибкость, выразительность телодвижений и поз; музыкальная память: музыкальный слух).

#### **Предметные ожидаемые результаты**

##### **Обучающийся должен знать:**

- правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы населенного пункта.

##### **Обучающийся должен уметь выполнять:**

- сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы;
- Игра-упражнение;

##### **Обучающийся должен приобрести навык:**

- репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом;

- выступления перед аудиторией.

### Учебно-тематический план модуля «Итоговый»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Постановочная деятельность.	4	12	16
2.	Репетиционная работа.	6	18	24
3.	Концертная деятельность.	1	9	10
4.	Итоговое занятие.	1	1	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>12</b>	<b>40</b>	<b>52</b>

### Содержание модуля «Итоговый»

#### Тема 1. Постановочная деятельность.

##### Теория:

- Построение композиций.
- Правила создания хореографического номера.
- Средства художественной выразительности.
- Анализ избранного произведения с художественной стороны.

*Практика:* Работа над танцевальным репертуаром.

#### Тема 2. Репетиционная работа.

##### Теория:

- Психологическая подготовка к выступлению.
- Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».

##### Практика:

- Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.
- Постановка вокально-хореографических номеров.
- Генеральная репетиция.

#### Тема 3. Концертная деятельность.

##### Теория:

- Навыки выступления перед аудиторией.
- Оценка своего исполнения.

##### Практика:

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.
- Участие в концертных программах.

#### Тема 4. Итоговое занятие.

##### Теория:

- Подведение итогов.

##### Практика:

- В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.

### 2 год обучения.

### Направление «Детская хореография»

#### Модуль «Старт»

**Цель:** развитие творческой реализации, способность адаптироваться в социуме;

**Задачи:**

##### Обучающие:

- обучение учащихся технике хореографического движения (темперамент: подвижность, жизнерадостность).

##### Развивающие:

- формирование положительной мотивации учащихся к обучению детской хореографии;

Воспитательные:

- воспитание личности учащихся, обеспечение избавления от стеснительности, зажатости.

***Предметные ожидаемые результаты***

Обучающийся должен знать:

- задачами данного учебного года и правила техники безопасности в хореографическом кабинете;
- основные танцевальные движения и шаги;
- сочетание практического показа и словесных объяснений в ходе разучивания танцевальных движений, понятие о движении по линии танца и обратно;
- понятие об ансамбле (синхронно), детском массовом танце;
- знать своё место в зале.

Обучающийся должен уметь:

- прорабатывать небольшое количество движений, до качественного усвоения, для формирования прочного фундамента знаний через систему упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- двигаться по кругу лицом и спиной; по одному и в парах;
- перестроения из свободного расположения в круг и обратно;

**Учебно-тематический план модуля «Старт»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Танцевально-образные движения.	1	9	10
	ИТОГО:	2	10	12

**Содержание модуля «Старт»**

**Тема1.Вводное занятие.**

*Теория:*

- Ознакомление учащихся с учебными задачами данного учебного года.
- Инструктаж по технике безопасности в хореографическом кабинете.

*Практика:*

- Игра на сплочение коллектива «Паутина».

**Тема2.Танцевально-образные движения.**

*Теория:*

- Основные танцевальные движения.
- Танцевальный шаг.
- Сочетание практического показа и словесных объяснений в ходе разучивания танцевальных движений.
- Понятие о движении по линии танца и обратно.
- Понятие о ведущей роли мальчика в парном танце.
- Понятие об ансамбле (синхронно).
- массовые танцы.
- объяснение об использовании минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

*Практика:*

- Длительное изучение, проработка небольшого количества движений, качественного его усвоения, для формирования прочного фундамента знаний через систему упражнений.
- Изучение массовых композиций «Марш друзей», «Цирковые лошадки», «Пингвины», «Танец цыплят», «Летка-Енька» и др.
- Игра «Мой танец». Игры – миниатюры, шуточные соревнования на формирование танцевального шага.
- Танцевальные шаги в образах «журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона».

**Модуль «Базовый»**

**Цель:** обучение учащихся технике хореографического движения.

**Задачи:**

Обучающие:

- обучение учащихся технике хореографического движения (моторика: правильное выполнение движений, быстрота).

Развивающие:

- Развить у обучающихся умения исполнять движения в ускоренном темпе;

Воспитательные:

- воспитание личности учащихся, формирование художественного вкуса учащихся.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- об использовании минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний;
- значение ускорения темпа исполнения движений;
- понятия «гибкость суставов» «эластичность связок», «сила мышц», растяжка и эластичность мышц ног, спины, живота, подъем и выворотность стопы;
- значение здорового образа жизни танцора;
- правила полезного, диетического питания;
- понятие пространственных перестроений: «линия», «колонна», «круг»;
- понятие значений «пространство», «точка зала», «импровизации»;

Обучающийся должен уметь:

- разучивать новые развивающие упражнения на напряжение и расслабление мышц; направление и укрепление мышц спины; развитие выворотности мышц брюшного пресса; развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов («Корзиночка», «Лягушка», «Чемоданчик» «Мостик», «Шпагат – полушпагат»).

Обучающийся должен приобрести навык:

- двигаться по кругу лицом и спиной; по одному и в парах;
- перестроения из свободного расположения в круг и обратно;
- упражнений на движение в колонне вперед, на месте, наклоны в стороны через одного и вместе;
- выполнения упражнений на деление зала по точкам, соблюдая интервалы во время движения.

**Учебно-тематический план модуля «Базовый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Партерная гимнастика.	1	23	24
2	Пространственные перестраивания.	2	10	12



3	Импровизация.	2	4	6
4	История хореографического искусства.	1	1	2
	ИТОГО:	6	38	44

### Содержание модуля «Базовый»

#### Тема1. Партерная гимнастика.

##### Теория:

- Значение ускорения темпа исполнения движений.
- Понятия «гибкость суставов» «эластичность связок», «сила мышц».
- Растяжка и эластичность мышц ног, спины, живота.
- Подъем и выворотность стопы. Значение здорового образа жизни танцора.
- Правила полезного, диетического питания.

##### Практика:

- Разучивание новых развивающих упражнений на напряжение и расслабление мышц;
- направление и укрепление мышц спины;
- развитие выворотности мышц брюшного пресса;
- развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов («Корзиночка», «Ягушка», «Чемоданчик» «Мостик», «Шпагат – полушпагат»).
- Гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Гусеница», «Когти».
- Игры «Магазин полезных вкусов», «Витаминные перчатки».
- Беседа с родителями «Полезные продукты в моем доме».

#### Тема 2.Пространственные перестраивания.

##### Теория:

- Понятие пространственных перестроений: «линия», «колонна», «круг».
- Понятие «пространство».
- Точки зала.

##### Практика:

- Отработка навыков двигаться по кругу лицом и спиной; по одному и в парах.
- Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.
- Упражнения на движение в линиях, смены линиями, вправо и влево, вперед и назад, перестраивания в круг.
- Упражнение на движение в колонне вперед, на месте, наклоны в стороны через одного и вместе.
- Упражнение на деление зала по точкам, соблюдать интервалы во время движения, знать своё место в зале.

#### Тема3.Импровизация.

##### Теория:

- Значение импровизации.
- Импровизационные движения в соответствии с темпом музыки.
- Выражение в импровизации своего образного представления в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий.

##### Практика.:

- Упражнения «Крокодил», «Во дворе», «Осень», «Домашние животные».
- Изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д.
- Игра «Помощь по дому» (забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье).

- Этюды под музыку на заданную тему.

#### **Тема 4. История хореографического искусства.**

##### *Теория:*

- Происхождение танца.
- Танец эпохи первобытно-общинного строя.
- Танцевальный фольклор.
- Народный танец – исток хореографической культуры народов.
- Современные танцы.

##### *Практика:*

- Беседы по книгам А. Дешковой «Загадки Терпсихоры», Ю. Яковлевой «Азбука балета», Т. Барышниковой «Азбука хореографии».
- Видеопросмотр отрывков балетных спектаклей, детских мюзиклов и концертных выступлений.

#### **Модуль «Итоговый»**

**Цель:** стимулирование нравственно-эстетических переживаний, способности к эмоциональной отзывчивости.

##### **Задачи:**

##### Обучающие:

- формирование навыков репетиционной работы с хореографическим материалом.

##### Развивающие:

- развитие пластической выразительности рук.

##### Воспитательные:

- воспитание личности учащихся, ориентированных на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело).

##### ***Предметные ожидаемые результаты***

##### Обучающийся должен знать:

- импровизационные движения в соответствии с темпом музыки и образным представлением в движениях;
- историю происхождения и виды танцев;
- об ответственности каждого за успех коллектива;
- о премьере танца;

##### Обучающийся должен уметь:

- выполнять гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Гусеница», «Когти». цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д. Игра «Помощь по дому» (забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье). Этюды под музыку на заданную тему.

##### Обучающийся должен приобрести навык:

- исполнительской работы с хореографическим материалом;
- групповых выступлений на мероприятиях различного уровня;
- участия в концертных программах, конкурсах, фестивалях.

#### **Учебно-тематический план модуля «Итоговый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Постановочная деятельность.	4	12	16
2	Репетиционная работа.	2	23	25
3	Концертная деятельность.	-	10	10
4	Итоговое занятие.	-	1	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>6</b>	<b>46</b>	<b>52</b>

## Содержание модуля «Итоговый»

### Тема 1. Постановочная деятельность.

#### Теория.

- Воплощение художественного образа произведения средствами эмоциональной выразительности.
- Знакомство с костюмами и их значение в танце.

#### Практика.

- Работа над танцевальным репертуаром.

### Тема 2. Репетиционная работа.

#### Теория.

- Репетиция перед зеркалом.
- Правила поведения за кулисами (дисциплина).

#### Практика.

- Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.
- Постановка хореографических номеров.
- Генеральная репетиция.

### Тема 3. Концертная деятельность.

#### Теория.

- Ответственность каждого за успех коллектива.
- Премьера танца.

#### Практика.

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.
- Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях Самарской области, России.

### Тема 4. Итоговое занятие.

#### Практика.

- В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.

## 3 год обучения

## Направление «Классический танец»

## Модуль «Старт»

**Цель:** формирование положительной мотивации учащихся к обучению классическому танцу и успешному их освоению на примерах высокохудожественных произведений.

#### **Задачи обучения:**

##### Обучающие:

- обучение учащихся системе элементов классического танца на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса.

##### Развивающие:

- знакомство учащихся с основами классического танца и успешному их освоению на примерах высокохудожественных произведений.

##### Воспитательные:

- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность, формирование художественного вкуса учащихся.

#### **Предметные ожидаемые результаты**

##### Обучающийся должен знать:

- инструктаж по технике безопасности;
- правила поведения в хореографическом кабинете;

- значение движений классического танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства;
- роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений классического танца;
- соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники исполнения. Правила постановки корпуса;
- позиции ног и рук в классическом танце, функцию головы в технике и пластике движений классического танца;

Обучающийся должен уметь выполнять:

- позиции ног – рук.

Обучающийся должен приобрести навык:

- исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая образовательного процесса;

### Учебно-тематический план модуля «Старт»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	1
2	Основные движения классического танца.	4	8	12
3	Движения классического танца у станка.	4	12	16
	ИТОГО:	9	20	29

### Содержание модуля «Старт»

**Тема 1. Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности.

*Теория:*

- Правила поведения в хореографическом кабинете.
- Знакомство с изучаемым предметом – классической хореографией.
- Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии.
- Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы с.Кинель-Черкассы и Самарской области.
- Игра «Перетанцуй меня».

**Тема 2. Основные движения классического танца.**

*Теория.*

- Значение движений классического танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства.
- Роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений классического танца.
- Соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники исполнения.
- Правила постановки корпуса.
- Позиции ног в классическом танце.
- Методика изучения позиций ног.
- Последовательность изучения позиций ног.
- Функции кисти (кистей) рук.
- Положения и приемы рук.
- Развитие выразительности рук – координации, пластичности, естественности и т.д.
- Методика постановки рук.
- Функции головы в технике и пластике движений классического танца.
- «Выразительность» взгляда как средство эмоциональности и образности в классическом танце.

*Практика.*

- Позиции ног – I, II, III, IV (IV – как наиболее трудная, изучается последней).
- Позиции рук – подготовительное положение, I, II, III.
- Grandpliés. Battementstendusиегоразновидности.
- Battements tendusjetésиегоразновидности.
- Rond de jambe par terreendehors et en dedans.
- Battementsfondusиегоразновидности.
- Battements soutenus.
- Battementsfrappesиегоразновидности.
- Battementsdéveloppésиегоразновидности.
- Battements relevé lent иегоразновидности.
- Rond de jambeen l'air.
- Grandbattementsjetésиегоразновидности ит.д.

**Модуль «Базовый»**

**Цель:**развитие общих физических данных учащихся и основных выразительных средств классического танца.

***Задачи обучения:***

**Обучающие:**

- формирование навыкаосновных выразительных средств классического танца (осанка, апломб, танцевальный шаг, выворотность, прыжок, плие, пластика, гибкость).

**Развивающие:**

- развитие физических данных, улучшение координации движений, ориентации в пространстве, пластичности, хорошей выворотности.

**Воспитательные:**

- воспитание личности учащегося, обеспечение избавления от стеснительности, зажатости.

***Предметные ожидаемые результаты***

**Обучающийся должен знать:**

- «выразительность» взгляда как средство эмоциональности и образности в классическом танце;
- схему пространственного расположения танцевального зала;
- основные приемы развития движений классического танца у станка;
- функции классического экзерсиса, последовательность движений классического танца у станка;
- технологию прыжка: толчок, взлет, завершение;

**Обучающийся должен уметь выполнять:**

- экзерсис у станка и на середине зала;
- этюды под музыку на заданную тему;
- основные требования: выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры;
- технологияустойчивости – умение держать вертикальную линию (ось) и положение корпуса «над ногами», как инструмент процесса достижения устойчивости;
- приемы и технологию исполнения движений классического танца на полупальцах.
- приемы и технология исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения.
- **Обучающийся должен приобрести навык:**
  - исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая образовательного процесса;
  - полуповоротов и поворотов;

- составление словаря терминов классического танца.

### Учебно-тематический план модуля «Базовый»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Движения классического танца на середине зале.	4	14	18
2	Устойчивость, вращения.	2	10	12
3	Построение композиций.	4	12	16
	ИТОГО:	10	36	46

### Содержание модуля «Базовый»

#### Тема 1. Движения классического танца у станка.

##### Теория.

- Основные приемы развития движений классического танца у станка.
- Функции классического экзерсиса.
- Руки как «речевое» средство поз классического танца.
- Определение понятия «ведущая и ведомая рука».
- Последовательность движений классического танца у станка.
- Вариативность последовательности движений классического танца.
- Темп, характер музыкального материала по оформлению движений классического танца.
- Музыкальный материал – импровизация.

##### Практика.

- Grandpliéno IV позиции.
- Battementstendus: с demi-pliésno IV позиции с переходом с опорной ноги; plié-soutenus по V позициям, и на полупальцах, во всех направлениях д.
- Battementsfondus: на 45° и 90° во всех направлениях.
- Battementsfrappés: на 30° на полупальцах, во всех направлениях.
- Battementsdoublefrappés на 30° и на полупальцах, во всех направлениях.
- Battementssoutenus на 90° во всех направлениях.
- Battementsdéveloppés: développéspassés на полной стопе со всех направлений. Pastombé другая нога носком в пол и на 45° и 90°.
- Pascoupé с подъемом на полупальцы.
- Flic: со стороны II позиции вперед и назад; со стороны IV позиции с подъемом на полупальцы.
- Relevés на полупальцы: по I, II, IV и V позициям с demi-plié; с ногой в положении surlecou-de-pied и т.д.

#### Тема 2. Движения классического танца на середине зала.

##### Теория.

- Основные приемы развития движений классического танца на середине зала.
- Определение понятия «поза классического танца» как фактор развития движений классического танца.
- Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших.
- Виды поз классического танца: «croisé», «effacéetecarté».
- Классификация поз классического танца.
- Определение понятий «канонические» и «неканонические» позы классического танца.
- Методика и приёмы исполнения поз классического танца.
- «Tempslié» как основное движение, его виды.

##### Практика.

- Основные малые позы (обе ноги на полу).
- Основные большие позы (одна нога на полу, другая на воздухе).
- Формы tempslie: основная форма; с перегибом корпуса; на 90°.
- Battementstendus. Battementstendusjeté.
- Rond de jembe. Battements fondus.
- Battements frappés. Battements soutenus.
- Battements relevéslents. Battements développés.
- Grand battements jeté.

### **Тема 3. Движенияраздела «Allegro».**

#### *Теория.*

- Allegro – выразительное средство классического танца.
- Классификация прыжков по формам, группам, видам и их разновидности.
- Формы прыжков: малые, средние и большие.
- Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге.
- Технология прыжка: толчек, взлет, завершение.
- Роль и значение demi-plié в технике исполнения прыжка.
- Согласованность движений головы, рук, корпуса и ног – основное условие грамотного и выразительного прыжка.
- Определение понятия «подхват» в технологии исполнения больших прыжков.
- Элевация и баллон как средство достижения виртуозности исполнения движений allegro.
- Особенность темповой структуры исполнения прыжков.

#### *Практика.*

- Шестьформportdebras.
- Temps sautes no I, II, V позициям.
- Chngement de pied.
- Pas echappé no II позиции. Sissonne simple: en face, сокончаниемвпозы.
- Petittempssautesno I, II, и V позициям с продвижением, во всех направлениях.
- Grandsaute по I, II, и V позициям (по мере усвоения, с продвижением во всех направлениях).
- Pasassemblé

### **Тема 4. Устойчивость, вращения.**

#### *Теория:*

- Устойчивость как основа исполнительского мастерства.
- Определение понятия термина «апломб».
- Основные требования: выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры.
- Технология устойчивости – умение держать вертикальную линию (ось) и положение корпуса «над ногами», как инструмент процесса достижения устойчивости.
- Приемы и технология исполнения движений классического танца на полупальцах.
- Системный подход к процессу овладения техникой устойчивости.
- Классификация вращений по формам, группам, видам и их разновидностям, характеру
- Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений.
- Приемы и технология исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения.
- Отличительные особенности темпового и количественного исполнения вращений.
- Роль и значение preparatons в технологии изучения вращений.

*Практика.*

- Исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая образовательного процесса.
- Battements fondues.
- Battements frappés. Battements soutenus
- Temps relevé.
- Rond de jembe
- Battements relevés lents.
- Battements développés.
- Флицостороны II и IV позиций.
- Полуповороты и повороты в V позиции.
- Preparations .

**Модуль «Итоговый»**

**Цель:** воспитание успешной личности учащегося (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело).

**Задачи обучения:**

**Обучающие:**

- ознакомление с профессиональной терминологией, историей развития балета; постановкой маленьких классических форм: этюдов, адажио, вариаций.

**Развивающие:**

- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации).

**Воспитательные:**

- воспитание лидерских качеств учащихся;

**Тема Предметные ожидаемые результаты**

**Обучающийся должен знать:**

- вариативность последовательности движений классического танца;
- технологию построения формы танцевальной комбинации;
- терминология классического танца.

**Обучающийся должен уметь выполнять:**

- задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса;
- задания на использование законов динамического развития движений классического танца в процессе работы.

**Обучающийся должен приобрести навык:**

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях ;
- психологической подготовки к выступлению;
- коммуникативных аспектов танцевального выступления – «танцор» - «зритель» выявление ошибок и их корректировка;
- репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.

**Учебно-тематический план модуля «Итоговый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Репетиционная работа.	2	18	20
2	Концертная деятельность.	2	10	12
3	Итоговое занятие.	-	1	1
	ИТОГО:	4	28	33

**Содержание модуля «Итоговый»**



## **Тема 1. Построение композиций.**

### *Теория.*

- Технология построения формы танцевальной комбинации.
- Особенность построения танцевальных комбинаций на середине зала: adagio, allegro, вращений и т.д.
- Построение учебной формы танцевальной комбинации во взаимодействии с музыкальным материалом (8–16 тактов).
- Анализ структуры учебного примера.
- Выявление ошибок, их корректировка.
- Терминология классического танца.

### *Практика.*

- Подбор музыкального материала для сочинения учебной танцевальной комбинации.
- Консультативная работа с концертмейстером по подбору музыкального материала для сочинения учебной формы танцевальной комбинации, в соответствии с ритмом, темпом, характером.
- Определение цели и задач формы танцевальной комбинации в структуре учебных занятий: в экзерсисе у станка, на середине зала и т.д.
- Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса.
- Задания на использование законов динамического развития движений классического танца в процессе работы.
- Выявление ошибок, их корректировка.
- Составление словаря терминов классического танца.

## **Тема 2. Репетиционная работа.**

### *Теория.*

- Психологическая подготовка к выступлению.
- Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».

### *Практика.*

- Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.
- Постановка вокально-хореографических номеров.
- Генеральная репетиция.

## **Тема 3. Концертная деятельность.**

### *Теория.*

- Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.

### *Практика.*

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.
- Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.

## **Тема 4. Итоговое занятие.**

### *Практика.*

- В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.

## **4 год обучения**

## **Направление «Народный танец»**

## **Модуль «Старт»**

**Цель:** формирование положительной мотивации учащихся к обучению народному танцу и успешному их освоению на примерах танцев народов мира.

**Задачи обучения:**

Обучающие:

- обучение учащихся системе элементов народного танца на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса.

Развивающие:

- знакомство учащихся с лучшими образцами народной хореографии, с творчеством ведущих хореографических ансамблей;

Воспитательные:

- воспитание патриотического отношения учащихся к танцевальному творчеству народов России.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- инструктаж по технике безопасности;
- правила поведения в хореографическом кабинете;
- значение движений народного танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства;
- роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений народного танца;
- позиции ног и рук в народном танце, функцию головы в технике и пластике движений народного танца;

Обучающийся должен уметь выполнять:

- позиции ног – рук;

Обучающийся должен приобрести навык:

- исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала как главная составляющая образовательного процесса;

**Учебно-тематический план модуля «Старт»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2
2	Постановка корпуса.	4	15	19
	Итого	5	16	21

**Содержание модуля «Старт»**

**Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

*Теория:*

- Правила поведения в хореографическом кабинете.
- Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии.
- Знакомство с изучаемым предметом – народным танцем.
- Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене.
- Игры «Солнце светит для тех, кто...».

**Тема 2. Постановка корпуса.**

*Теория:*

- Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея.
- Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук.
- Движения плеч.
- Движения головы.
- Перегибы корпуса.
- Повороты.

- Положение тазобедренного сустава относительно выворотности.
- Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев.
- Творческая дисциплина в танце

#### *Практика.*

- Упражнения для головы: поворот в профиль, вправо, влево, вверх, вниз.
- Основные ходы и движения.
- Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности.
- Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей, руки вытянуты в стороны на уровне плечей; движения рук из стороны в сторону.

### **Модуль «Базовый»**

**Цель:** освоение навыков и технологий исполнения движений народного танца.

#### ***Задачи обучения:***

##### **Обучающие:**

- обучение основным выразительным средствам народного танца (осанка, танцевальный шаг, вращения, плие, пластика, гибкость).

##### **Развивающие:**

- развитие общих физических данных учащихся, улучшение координации движений, ориентации в пространстве, пластичности, хорошей выворотности.

##### **Воспитательные:**

- воспитание личности учащегося, обеспечение избавления от стеснительности, зажатости.

#### ***Предметные ожидаемые результаты***

##### **Обучающийся должен знать:**

- «выразительность» взгляда как средство эмоциональности и образности в народном танце;
- схему пространственного расположения танцевального зала;
- основные приемы развития движений народного танца у станка;
- функции экзерсиса, последовательность движений народного танца у станка;
- технологию исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения.

##### **Обучающийся должен уметь выполнять:**

- экзерсис у станка и на середине зала;
- этюды под музыку на заданную тему;
- основные требования: выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры;
- приемы и технологию исполнения движений народного танца ;
- приемы и технология исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения.
- **Обучающийся должен приобрести навык:**
  - исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала как главная составляющая образовательного процесса;
  - полуповороты и повороты;
  - составление словаря терминов народного танца.

### **Учебно-тематический план модуля «Базовый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Экзерсис.	4	8	12
2	Терминология народного танца.	2	8	10

3	Хореографические элементы движений народного танца.	6	14	20
4	Народные обычаи и традиции.	2	4	6
	Итого	14	32	48

### Содержание модуля «Базовый»

#### Тема 1. Экзерсис.

*Теория.* На середине зала.

- Основы выразительного движения.
- Двигательный аппарат.
- Основная особенность - активное движение на опорной ноге (коленного сустава, мышц голени и мышц, производящих движения в суставах стопы).
- Принцип контрастности.

*Практика.*

- Полуприседания и полные приседания - медленные (мягкие, плавные) и быстрые (резкие, отрывистые).
- Упражнения на развитие подвижности стопы Маленькие броски. Круговые движения ногой по полу или по воздуху.
- Каблучные упражнения: 1) низкие, 2) средние и 3) высокие.
- Упражнения на низкие и высокие развороты ноги.
- Упражнения на движение на опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги, с ударом пятки, с прыжком.

#### Тема 2. Терминология народного танца.

*Теория.*

- Понятие основных упражнений классического экзерсиса: плие, батман тандю, релеве, соте, эшапе, глиссад.
- Понятие основных элементов народного танца.
- Боковой галоп.
- Шаг польки.
- ПА - де - баск.
- Элементы русской народной пляски.
- Простой хороводный шаг.
- с выставлением ноги на пятку.
- Русский хороводный шаг.
- Русский переменный шаг.
- Притопы.
- Шаг с припаданием.
- Полуприседание с выставлением ноги на пятку. «Ковырялочка». «Верёвочка». «Качалочка».

*Практика.*

- Пальчиковый школа-студия-игра «Запомни меня» (каждый палец соответствует танцевальному термину).
- Игра «Дневник моих движений».
- Составление словаря терминов.
- Мнемоника.
- Связывание движений.
- Память партнера.

#### Тема3. Хореографические элементы движений народного танца.

*Теория.*

- Знакомство с танцевальным искусством русского народного, украинского и казахского танцев.
- Русский танец: хоровод, пляска, кадрили.
- Армянский танец девушек.
- Знакомство с танцевальным искусством Казахстана на примере казахского танца «Кара-жорга».

#### *Практика.*

- Видеопримеры сценического решения народных танцев.
- Ходы: простой, переменный, с каблука, «гармошка».
- Припадание вперед, в сторону, на месте.
- Вращения по диагонали, по кругу, на месте, на подскоках.
- Двойная дробь.
- Ходы «бигунец», «пружинка».
- Присядка: простая («сесть-встать»).
- «Веребочка» простая.
- «Припадание» по III позиции вперед.
- «Дорожка» – «припадание» с перекрещиванием ног.
- Парно-массовая комбинация «Кара-жорга».
- Движение кистей рук в казахском танцах..
- Основные ходы в казахском танце

#### **Тема 4. Народные обычаи и традиции.**

##### *Теория.*

- Русский народный танец как неотъемлемая часть фольклорного наследия.
- Народный танец как древний вид народного искусства: праздники, традиции, обряды. Рассказ о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений.
- Рассказ о культуре других стран (Казахстан, Армения)
- Показ костюмов и рассказ о значении сценического костюма.

##### *Практика.*

- Привитие исполнителям уважительного отношения к национальным традициям, чувства любви преданности к Родине, обуславливающие формирование личности как источника высокой культуры.
- Беседа по истории традиций и обрядов.
- Игра-сравнение народных костюмов различных стран «Угадай откуда».
- Игра «Семья».
- Посещение концертов с участием детских народных коллективов.

#### **Модуль «Итоговый»**

**Цель:** воспитание успешной личности учащегося (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело).

##### **Задачи обучения:**

###### **Обучающие:**

- ознакомление с профессиональной терминологией, историей развития хореографии народного танца.

###### **Развивающие:**

- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации).

###### **Воспитательные:**

- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);

### ***Предметные ожидаемые результаты***

#### ***Обучающийся должен знать:***

- вариативность последовательности движений народного танца;
- технологию построения формы танцевальной комбинации.

#### ***Обучающийся должен уметь выполнять:***

- задания на логику комбинирования движений экзерсиса народного танца;
- задания на использование законов динамического развития движений народного танца в процессе работы.

#### ***Обучающийся должен приобрести навык:***

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях ;
- психологической подготовки к выступлению;
- коммуникативных аспектов танцевального выступления – «танцор» - «зритель» выявление ошибок и их корректировка;
- репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.

### **Учебно-тематический план модуля «Итоговый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Постановочная деятельность.	2	10	12
2	Репетиционная работа.	2	14	16
3	Концертная деятельность.	-	10	10
4	Итоговое занятие.	-	1	1
	Итого	4	35	39

### **Содержание модуля «Итоговый»**

#### **Тема 1. Постановочная деятельность.**

##### ***Теория.***

- Значение постоянной отработки исполнения технически сложных комбинаций народного танца в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах.
- Объяснение процесса объединения движений в более сложные по композиции комбинации и танцевальные этюды народного танца.
- Уровень выразительности исполнения.
- Ансамблевое исполнение технически насыщенных танцев.

##### ***Практика.*** Работа над танцевальным репертуаром.

#### **Тема 2. Репетиционная работа.**

##### ***Теория.***

- Раскрытие национального характера и манеры исполнения народного танца.
- Особенности взаимоотношений партнеров в различных народных танцах. Психологическая подготовка к выступлению.

##### ***Практика.***

- Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.
- Постановка вокально-хореографических номеров.
- Генеральная репетиция.

#### **Тема 3. Концертная деятельность.**

##### ***Теория.***

- Навыки выступления перед аудиторией.
- Оценка своего исполнения.

##### ***Практика.***

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.

- в концертных программах, конкурсах, фестивалях.

#### Тема 4. Итоговое занятие.

### 5 год обучения

## Направление «Современный танец»

### Модуль «Старт»

**Цель:** формирование навыков и понятий здорового образа жизни, принятие семейных знаний; уважение к себе и к другому человеку; сплочение коллектива, повышение активности, ценностей.

**Задачи обучения:**

Обучающие:

- обучение учащихся системе элементов современного танца на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса.

Развивающие:

- развить у детей мотивацию познания и достижений, поиска новых познавательных ориентиров в направлении современной хореографии:

Воспитательные:

- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- инструктаж по технике безопасности;
- правила поведения в хореографическом кабинете;
- значение движений современного танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства;
- роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений современного танца;
- позиции ног и рук в современном танце;
- пластика движений современного танца;

Обучающийся должен уметь выполнять:

- позиции ног – рук ;

Обучающийся должен приобрести навык:

- исполнение движений экзерсиса на середине зала.

### Учебно-тематический план модуля «Старт»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	-	1	1
2	История развития модерн-джаз танца	2	6	8
3	Методика изучения isolation на различных levels.	2	6	8
4	Упражнения для позвоночника.	2	12	14
	ИТОГО:	6	25	31

### Содержание модуля «Старт»

**Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

*Практика.*

- Правила поведения в хореографическом зале.
- Знакомство с изучаемым предметом – джаз-модерн танцем (основные этапы занятий по программе: разогрев, изоляция, партер, адажио, кросс, комбинация).
- Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии.

- Обеспечение допуска к занятиям следующих обучающихся: наличие справки о состоянии здоровья по основной и подготовительной медицинской группе; прошедших инструктаж по мерам безопасности; имеющих специальную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.
- Игра-танец на сплочение «Друзья».

## **Тема 2. История развития современного танца.**

### *Теория.*

- Зарождение в конце XIX - начале XX века в США и Германии современного направления хореографии – танца модерн.
- Истоки направления в идеях теоретика и педагога Ф. Дель-Сарта, в системе Э. Жака-Далькроза и искусстве А. Дункан.
- Танец модерн как стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия.
- Основополагающие принципы данного направления: отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами.
- Общее с джаз - танцем и различие между системами. Айседора Дункан – основоположница нового направления.

### *Практика.*

- Обзор практических наглядных примеров, характеризующих основные направления в танце модерн.
- Упражнения на самостоятельное выделение учащимися характерных признаков джаз-танца: ритмичность, динамика, колоритность, совершенная свобода и координация всех частей тела, импульсная техника, возможность импровизации.

## **Тема 3. Методика изучения isolation на различных levels.**

### *Теория.*

- Техника isolation – основа современного танца.
- Изолируемые центры: голова и шея, плечевой пояс, бедра (pelvis), руки, ноги.
- корпуса.
- Моноцентрика и полицентрика.
- Параллелизм и оппозиция. Level.
- Виды levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодицах, стоя на ягодицах, стоя на коленях, лежа.
- Акробатические levels – шпагат, стойка на руках и т.д
- Методика изучения isolation на различных levels.
- Первоначальные движения изолируемых центров изучаются в чистом виде.
- В простых сочетаниях даются всевозможные движения изолируемых центров.

### *Практика.*

- Изучение isolation головы (стоя, сидя).
- Наклоны (вперед, назад, в сторону).
- Повороты (в сторону). «Маятник». Круг.
- Плечи (стоя и сидя, параллелизм): Accents (вверх, вниз, вперед, назад).
- Полукруг. Круг.
- Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад).
- Верх корпуса (стоя).
- Bend и bounce (вперед, в сторону, назад).
- Sidestretch. Deep body bend. «Tabletop» (вперед, в сторону).
- Twist – «table top».
- Простой круг через «tabletop» и deep bend. Body bend demi-plié с последующим stretch.



- Relax.
- Изучение isolation pelvis (полуприседания): Медленные isolation (вперед, назад, в сторону). Accents (вперед, назад, в сторону). Hipcross (с возвращением в центр). Полукруг. Круг.
- Изучение isolation ног (стоя): Kneerise. Battement tendu и point-flex. Isolation пальцев. Круги стопы. Kneetise с наклоном верха корпуса вперед. Kickball change.
- Ноги (сидя): Pointflex стопы. Изоляция пальцев. Круги стопы. Круги от колена. Сгибание колена и flex по I и II аут-позициям.
- Изучение isolation рук (стоя, сидя): Flex кисти. Круги кистью. Круги предплечьем. Тряска кисти.

#### **Тема 4. Упражнения для позвоночника.**

##### *Теория.*

- Своеобразие современного танца - движение тела целиком, без изоляции отдельных центров.
- Основа данной техники – подвижность позвоночника во всех его отделах.
- Виды движений: наклоны торса; изгибы торса; спирали; bodyroll (волна).

##### *Практика.*

- Техника исполнения:
- Flatback (плоская спина), или tabletop (поверхность стола).
- Deepbodybend - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°.
- Sidestretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается.
- Комбинации: flatback может выполняться крестом, квадратом, flatback в сторону может быть переведен без изменения высоты во flatback по диагонали.
- Техника исполнения: Curve (керф). 2. Arch - арка. 3. Twisttorca. 4. Rolldown и rollup. Комбинации.
- Твистовые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: demi - и grandpile, releue, battement tendu, rond de jambe a terre.
- Спираль - движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе.
- Bodyroll (волна) - несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим и демонстрация волны всего тела.

#### **Модуль «Базовый»**

**Цель:** развитие у учащихся умения работать с основными приемами развития движений современного танца, работать в паре.

##### ***Задачи обучения:***

##### ***Обучающие:***

- изучения современного танца в сравнении с такими современными танцевальными направлениями как: модерн, , hip-hop

##### ***Развивающие:***

- знакомство с новыми приемами и технологией исполнения движений современного танца.

##### ***Воспитательные:***

- воспитание личности учащегося, обеспечение избавления от стеснительности, зажатости.

#### ***Предметные ожидаемые результаты***

##### ***Обучающийся должен знать:***

- средства эмоциональной выразительности и образности в современном танце;
- основные приемы развития движений современного танца ;

##### ***Обучающийся должен уметь выполнять:***

- экзерсис на середине зала;
- этюды под музыку на заданную тему;
- основные требования: правильное распределение центра тяжести и центра опоры;
- технология устойчивости – как инструмент процесса достижения устойчивости;
- приемы и технологию исполнения движений современного танца .
- приемы и технология исполнения трюков.
- Обучающийся должен приобрести навык:
  - исполнение движений экзерсиса на середине зала
  - полуповоротов и поворотов;

#### Учебно-тематический план модуля «Базовый»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Contraction, release, highrelease.	2	7	9
2	Уровни по горизонтали и вертикали.	2	7	9
3	Кросс. Передвижение в пространстве.	1	7	8
4	Мультипликация. Координация.	1	7	8
5	Позиции и положения рук, ног и корпуса в современном танце.	2	8	10
6	Упражнения у станка.	2	8	10
	ИТОГО:	10	36	54

#### Содержание модуля «Базовый»

##### Тема1. Contraction, release, high release.

###### Теория:

- Contraction - сжатие, сокращение, т.е. относительное уменьшение объема тела.
- Противоположное понятие – release (расширение) - тело танцора расширяется в пространстве.
- Contraction на выдохе, release на вдохе.
- Взаимосвязь дыхания и движения - естественность, динамическая окраска движениям.
- Contraction не динамическое движение, сжатие за счет сокращения мышц, а не их движения.
- Contraction как аккумуляция внутренней энергии, в реализации движения release.
- Фиксация Contraction и release (глубина таза, позвоночник, положение головы).

###### Практика:

- Упражнения: лежа на спине, сидя, стоя на коленях, стоя.
- Положение головы.
- Т-позиция.
- Упражнения в парах (contraction, release).

##### Тема2. Уровни по горизонтали и вертикали.

###### Теория:

- Уровень - расположение тела танцора относительно земли.
- Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.
- Акробатические уровни: шпагаты, мост, стойка на руках, стойка на лопатках (березка), колесо.
- Техника передвижения танцора по горизонтали и вертикали.

###### Практика:

- В различных уровнях выполняются упражнения на изоляцию (в нижних уровнях).

- В партере выполнение упражнений стретч-характера, т. е. растяжки.
- Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию.
- Варианты уровней. «Стоя»: а) верхний уровень (на полупальцах); б) средний уровень (на всей стопе); в) нижний уровень (колени согнуты).
- «На четвереньках»: а) опора на руках и коленях; б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.
- «На коленях»: а) стоя на двух коленях; б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений.
- «Сидя»: а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе); б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед); в) вторая позиция (ноги разведены в стороны); г) четвертая позиция или swastic; д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой); е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно); ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута); з) сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).
- Пятая позиция ног в положении сидя - два варианта (1. колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами). 2. pinch - позиция, когда одна нога находится перед другой, но голень, т. е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу; Лежа: а) на спине; б) на животе; в) на боку).

### **Тема 3. Кросс. Передвижение в пространстве.**

#### *Теория:*

- Танцевальность, манера и стиль модерн-джаз танца.
- Традиционные, зафиксированные шаги, прыжки и вращения.
- Импровизация, вариативность видов движений: шаги; прыжки; вращения.

#### *Практика:*

- Шаги: I.
- Шаги примитива.
- II. Шаги в модерн-джаз манере.
- III. Шаги в рок-манере. IV.
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, т. е. раннего джаза.
- Связующие шаги. Шаг из танца "Ча-ча-ча". Latinwalk.
- На основе flatstep: шаги исполняются по диагонали класса или по кругу.
- Координация трех центров на основе flatstep., методика и виды падений).
- Сложные виды падений – акробатические падения.

### **Тема 4. Мультипликация. Координация.**

#### *Практика:*

- Изучение движений без передачи центра тяжести.
- Изучение движений с передачей центра тяжести
- Изучение джаз ходов (jazzwalks).
- Изучение разновидностей джаз вращений.
- Изучение джаз вращений в воздухе. Джаз-бег (jazzrun) и прыжки.
- Джаз прыжки.
- Изучение джаз падений (подготовка к падениям, методика и виды падений).
- Сложные виды падений – акробатические падения.

### **Тема 5. Позиции и положения рук, ног и корпуса в современном танце.**

#### *Теория:*

- Позиции и положения рук, ног и корпуса в современном танце.

- Отличия модерн джаз-танца от классического танца Особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца.
- Влияние на формирование системы модерн джаз-танца различных видов искусств и спорта, связанных с движением (акробатика, гимнастика, пантомима), народного (этнического) и бытового танца
- Особенности терминологии современного танца.

*Практика:*

- Изучение основного положения корпуса, необходимого для данного танцевального стиля: положение коллапс.
- Изучение основных позиций рук: нейтральное или подготовительное, press-position, первая позиция, вторая позиция, третья позиция.
- Аналогия и различие этих позиций с классическим танцем аут-позиция. Jerkposition.
- Изучение разновидностей положения рук: V-положения, А-, Б-, В-положения. Перевод рук в различные позиции и положения.
- Изучение позиций ног в положении «стоя» (по системе Г. Джордано): первая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция.
- Вторая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция. Третья позиция, один вариант: аналогичен классической 3-ей позиции.
- Четвертая позиция, два варианта: аут-позиция и параллельное положение.
- Пятая позиция, два варианта: аут-позиция и параллельное положение.
- Изучение положений отдельных частей ног: положения point и flex в движениях catchstep, prance, kick.
- Изучение позиций ног в положении «сидя».

**Тема 6. Упражнения у станка.**

*Теория:*

- Задачи и цели упражнения у станка.
- Методика построения упражнений у станка.
- Базовые движения составляющие комбинации упражнений у станка.
- Последовательность движений и логика построения комбинаций.

*Практика:*

- Изучение базовых движений: Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).
- Contract-releasepelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).
- Contract-release корпуса и наклон вперед.
- Plié: demi-pliécontract-release корпуса; crand-pliécontract-release (лицомкстанку);
- grand-plié с волнообразным перебиванием (лицом к станку);
- demi-pliérelevé с отклонением корпуса назад – диагональ.
- Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону);
- heeldrop-bounce (назад).
- Battementtendujetépiqué. Swingbalancoire (вперед-назад).
- Battementfondu в координации с движением рук. Battement développé point-flex.
- Battements développéсез passé contract. Kick.
- Kickballchange. Pelvisstretch (лицомкстанку).

**Модуль «Итоговый»**

**Цель:**развить у детей мотивацию достижения успешного результата, внимание, памяти, пространственного мышления;

**Задачи:**

**Обучающие:**

- ознакомления с профессиональной терминологией, историей развития современного танца; постановкой современных хореографов мира.

Развивающие:

развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации).

Воспитательные:

- воспитание инициативности учащихся, умения вносить свой вклад в общее дело;

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- вариативность последовательности движений современного танца;
- технологию построения формы танцевальной комбинации;
- терминология современного танца.

Обучающийся должен уметь выполнять:

- задания на логику комбинирования движений;
- задания на использование законов динамического развития движений современного танца в процессе работы.

Обучающийся должен приобрести навыки:

- Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях;
- психологической подготовки к выступлению;
- коммуникативных аспектов танцевального выступления – «танцор» - «зритель» выявление ошибок и их корректировка;
- репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.

**Учебно-тематический план модуля «Итоговый»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Постановочная деятельность.	4	4	8
2	Конкурсно-концертная деятельность.	1	13	14
3	Итоговое занятие.	-	1	1
	ИТОГО:	108	29	23

**Содержание модуля «Итоговый»**

**Тема1.Постановочная работа.**

*Теория.*

- Танцевальные комбинации на развитие пластических ритмов в соединении с динамикой сценического пространства.
- Сочинение танцевальных этюдов.
- Цели и задачи этюдной работы.
- Композиционное построение сольного, массового танцевального этюда.
- Тема, жанры, стиль, характер будущей хореографической композиции.
- Музыкальный материал и его ритмо-темповая структура.
- Понятие музыкальной и танцевальной полиритимии.
- Сочинение хореографического текста.
- . Влияние особенностей модерн джаз-танца на танцевальную композицию.

*Практика:*

- Сочинение сольных, парно-массовых композиций.
- Разучивание хореографического текста.
- Исполнение этюдов.

- Анализ композиционного построения, технического мастерства и выразительности исполнения. Корректировка хореографического этюда.

## **Тема 2. Конкурсно-концертная деятельность.**

### *Теория:*

- Навыки выступления перед аудиторией.
- Оценка своего исполнения.
- Ответственность каждого за успех коллектива.
- Повторное выступление как импровизация.

### *Практика:*

- Анализ видеозаписей лучших исполнителей эстрадной хореографии, их исполнительского мастерства, просмотр и прослушивание лучших исполнений всемирно известных постановок мюзиклов.
- Анализ лучших работ хореографов в этой области.
- Подготовка исполнителей к самостоятельным работам.
- Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня.
- Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях .

## **Тема 3. Итоговое занятие.**

### *Практика:*

Исполнение фрагмента танца в концертном выступлении с последующей оценкой педагога в конце первого и второго полугодия (второй составляющей после техники исполнения вокально-хореографического номера является создание полноценного художественного образа учащегося на основе выбранного сценического костюма).

## **Воспитательная деятельность.**

### **Направленность программы:**

- духовно-нравственное воспитание;
- приобщение к культурному наследию;
- сплочение детского коллектива.

**Цель:** создание условий для личностного развития и самореализации детей на основе духовно-нравственных социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества , страны.

### **Задачи:**

- Способствовать формированию ценностных ориентиров у детей;
- Воспитание личностных качеств коллективизма, патриотизма, гуманизма и иных общечеловеческих качеств;
- Обеспечение здоровьесберегающей среды, способствующей формированию у детей потребностей в ведении здорового образа жизни;

### **Ожидаемые результаты:**

- Обладает установкой положительного отношения к миру, к себе и другим людям, к здоровому образу жизни, к общей культуре человека;
- Укреплена способность выбирать участников по совместной деятельности;
- Сформирована основная готовность к взаимовыручке и сотрудничеству, развита мотивация к трудовой деятельности.

**Формы, приемы и методы воспитания:**

- метод положительного примера;
- метод убеждения (беседа, разъяснение, инструктаж);
- методы одобрения и поощрения (похвала, благодарность, награда);
- метод развития самоконтроля и самооценки детей;
- кейс-метод (разбор проблемных воспитательных ситуаций).

**Эффективные технологии воспитания и педагогического сопровождения  
саморазвития обучающихся**

<b>Название технологий</b>	<b>Результат использования</b>
Личностно-ориентированное обучение и воспитание	Социально-личностное и духовно-нравственное взросление
Гуманно-личностная технология (по Ш.А.Амонашвили)	Утверждает личность в ребенке путем выявления его свободной воли и строит, воспитывает оптимизм, духовность и нравственность
Обучение и воспитание в сотрудничестве (командная, групповая работа, коллективно-творческая деятельность-КТД по И.П.Иванову, психолого-педагогическая поддержка по О.С.Газману)	Развитие взаимответственности, способности обучаться в коллективе и индивидуально развивать свои лидерские качества
Кейс-технология (или технология решения проблемных задач)	Повышение качества личностного развития, обученности логически мыслить

**Методики исследования личностных качеств обучающихся**

<b>№ п/п</b>	<b>Предмет исследования</b>	<b>Метод исследования</b>	<b>Методика</b>	<b>Сроки</b>
1.	Комплексная диагностика личностного роста школьников (характер отношений подростка в семье, людям, Родине, культуре)	Анкетирование	«Личностный рост»(П.В.Степанов, Д.В.Григорьев, И.В.Кулешова)	Сентябрь, май
2.	Уровень воспитанности и отношений к нравственным нормам	Анкетирование и беседа	Методика диагностики уровня воспитанности (Н.П.Капустин, М.И.Шилова)	Сентябрь, май
3.	Уровень креативных качеств обучающихся	Анкетирование	Методика «Направленность на творчество» (М.И.Рожкова)	Октябрь-март
4.	Особенности психологической атмосферы в детском коллективе	Анкетирование и беседа	Оценка психологической атмосферы в коллективе (А.Ф.Фидлера)	Февраль
5.	Уровень развития детского	Анкетирование	Методика	Май

	коллектива		изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив?» (А.Н.Лутошкин)	
--	------------	--	--	--

**Календарный план воспитательной работы на учебный год**

<b>№ п/п</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Срок и место проведения</b>	<b>Уровень проведения</b>
<b>Направление воспитательной деятельности №1 - духовно-нравственное воспитание</b>				
1.	Развлекательный час «Возраст золотой», посвященный дню пожилых людей	Развлекательное мероприятие	1 октября, ДДТ	На уровне учреждения
2.	«Уроки доброты» - урок, посвященный Дню доброты	Урок-беседа	13 ноября, в классе	На занятии
3.	День снятия блокады Ленинграда «Я говорю с тобой, Ленинград	Просмотр фильма, беседа	27 января, в классе	На занятии
4.	«Окна Победы»	Акция	9 мая, украшение окон своих домов	Внеучрежденческий
5.	«Георгиевская лента»	Акция	9 мая, с.Кинель-Черкассы	Внеучрежденческий
<b>Направление воспитательной деятельности №2 - приобщение к культурному наследию</b>				
1.	Русская народная песня	Просмотр роликов, беседа	3 сентября, в классе	На занятии
2.	День открытых дверей, квест-игра «Детское царство - объединенное государство»	Квест-игра	16 сентября, ДДТ	На уровне учреждения
3.	День народного единства	Развлекательное мероприятие	4 ноября, в классе	Внеучрежденческий
4.	Тематический час «Я - гражданин России», посвященный Дню Конституции Российской Федерации	Беседа	12 декабря ДДТ	На занятии
5.	«Рождественское Чудо!»	Мероприятие	2-6 января в РДК	Внеучрежденческий
6.	«Троица»	Развлекательное мероприятие	Конец мая На берегу реки Кинель в	Внеучрежденческий



			Кондарихиной роще	
7.	«День ПАМЯТИ и СКОРБИ»	Акция	22июня с.Кинель- Черкасы	Вне учрежденчески й
<b>Направление воспитательной деятельности №3 - сплочение детского коллектива</b>				
1.	«Новый год» развлекательная новогодняя программа	Конкурсно- игровая программа	27 декабря, ДДТ	На занятии
2.	День Защитника Отечества, программа «Мы защитниками станем»	Концерт для отцов	Февраль, ДДТ	На уровне учреждения
3.	Совместный мастер- класс	Концерт для мам и бабушек	Март	Вне учрежденческий
4.	Поход к святому источнику у подножья горы за селом Кинель- Черкасы	Поход на природу с детьми и родителями	1 июня, у подножья горы за селом Кинель- Черкасы	Вне учрежденческий»

### **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

#### Основные принципы, положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;

#### Методы работы:

- *словесные методы:* рассказ, беседа, сообщения – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей, являются источником новой информации;
- *наглядные методы:* презентации, демонстрации видеозаписей, иллюстраций. Наглядные метод и показ движений дают возможность более детального изучить танцевальную связку, дополняют словесные методы, способствуют развитию мышления детей.

#### *практические методы*

работа у станка и на середине зала. Данные методы позволяют воплотить теоретические знания на практике, способствуют развитию навыков и умений детей. Большое значение приобретает выполнение правил культуры труда, бережного отношения к оборудованию и атрибутам.

- Сочетание словесного и наглядного методов учебно-воспитательной деятельности, воплощённых в форме рассказа, беседы, творческого задания, позволяют психологически адаптировать ребёнка к восприятию материала, направить его потенциал на запоминание изучаемого предмета – детской хореографии.

#### Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;

7. Подведение итогов;
8. Уборка зала.

#### Материально-техническое оснащение программы

Для проведения теоретических занятий необходимы:

- Хореографический зал;
- компьютер;
- проектор.

Для практических занятий необходимы:

- хореографический зал;
- маты
- необходимые атрибуты для танца;
- танцевальная обувь;
- гимнастический купальник или спортивная одежда,
- аккуратно убранные волосы.

#### СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90°, положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение surlecou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение surlecou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVÉ LENT (батман релеве лян) – плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю) – движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETÉ [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».

BODY ROLL [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»). BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты) – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диипбодибэнд] – наклон вперед торсом ниже 90° сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диипконтракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с demiplie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEVELOPPE [девллоппе] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэтбэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP [флэтстэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрог-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] – партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание.

HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

HOP [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэкнайф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

KICK [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом *developpe*.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоубэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка. PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования *pastombe* и *pascoupe*. Синоним *steppasdebourree*. В модерн-джаз танце во время *pasdebourree* положение *surlesou-de-pied* не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (*passerparterre*) либо на 45° или 90°.

PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «наполупальцах» и *point*.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе. RELEVÉ [релеве] – подъем на полупальцы.

ROLL DOWN [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы. ROLL UP [ролл ап] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним *tempsleve*).

SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэпболлчендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним *step.pa-de-burre*).

SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюрле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

TOMBE [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plié.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plié.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Азаров, Ю.П. Семейная педагогика. Воспитание ребенка в любви, свободе и творчестве / Ю.П. Азаров. - М.: Эксмо, 2015. - 496 с.
2. Алиева, С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / А.В. Иванов, С.В. Алиева. - М.: Дашков и К, 2013. - 424 с.
3. Бабаев, В.С. Педагогика и репетиторство в классической хореографии: Учебник / В.С. Бабаев, Ф.Ф. Легуша. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 256 с.
4. Бабакин, Б., С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Уч. Пособие / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. Фатыхов и др. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 128 с.
5. Безрукова, В.С. Педагогика: Учебное пособие / В.С. Безрукова. - Рн/Д: Феникс, 2013. - 381 с.
6. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум.. - СПб.: Питер, 2013. - 624 с.
7. Виноградова, Н.А. Дошкольная педагогика: Учебник для бакалавров / Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. - М.: Юрайт, 2012. - 510 с.
8. Волкова, В.Н. Педагогика народного художественного творчества: Учебник. / В.Н. Волкова. - СПб.: Планета Музыки, 2016. - 160 с.
9. Воронов, В.В. Педагогика школы: новый стандарт / В.В. Воронов. - М.: ПО России, 2012. - 288 с.
10. Галигузова, Л.Н. Дошкольная педагогика: Учебник и практикум для СПО / Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова-Замогильная. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 284 с.
11. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта: Учебное пособие / Г.Д. Горбунов. - М.: Советский спорт, 2014. - 328 с.
12. Григорьева, О.А. Школьная педагогика: Учебное пособие / О.А. Григорьева. - СПб.: Лань, 2015. - 256 с.
13. Громкова, М.Т. Педагогика высшей школы: Учебное пособие для студентов педагогических вузов / М.Т. Громкова. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 447 с.
14. Гусейнова, А.С. Психология и педагогика воспитания: Как достичь гармонии в отношениях родителей и ребенка / А.С. Гусейнова. - М.: Ленанд, 2014. - 320 с.
15. Еремин, В.А. Отчаянная педагогика: организация работы с подростками / В.А. Еремин. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 176 с.
16. Еремин, В.А. Отчаянная педагогика: организация работы с подростками / В.А. Еремин. - М.: Владос, 2014. - 176 с.
17. Есаулов, И.Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии: Учебник / И.Г. Есаулов. - СПб.: Лань, 2015. - 256 с.
18. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Д. Зайфферт. - СПб.: Лань, 2015. - 128 с.
19. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Д. Зайфферт. - СПб.: Планета Музыки, 2012. - 80 с.
20. Кабардов, М.К. Языковые способности: психология, психофизиология, педагогика / М.К. Кабардов. - М.: Смысл, 2013. - 400 с.
21. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьей: Учебное пособие / Л.В. Карцева. - М.: Дашков и К, 2013. - 224 с.

22. Козлова, С.А. Дошкольная педагогика: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. - М.: ИЦ Академия, 2012. - 416 с.
23. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: учебник / А.И. Кравченко. - М.: Проспект, 2015. - 400 с.
24. Липский, И.А. Социальная педагогика: Учебник для бакалавров / И.А. Липский, Л.Е. Сикорская. - М.: Дашков и К, 2014. - 280 с.
25. Липский, И.А. Социальная педагогика: Учебник для бакалавров / И.А. Липский, Л.Е. Сикорская. - М.: Дашков и К, 2016. - 280 с.
26. Мардахаев, Л.В. Социальная педагогика: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Л.В. Мардахаев. - М.: РГСУ, Омега-Л, 2013. - 416 с.
27. Микляева, Н.В. Дошкольная педагогика: Учебник для академического бакалавриата / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева, Н.А. Виноградова. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 411 с.
28. Неменский, Б.М. Педагогика искусства. Видеть, ведать и творить: Книга для учителей общеобразовательных учреждений / Б.М. Неменский. - М.: Просв., 2012. - 240 с.
29. Орлова, Е.А. Специальная педагогика: Учебник для бакалавров / Л.В. Мардахаев, Е.А. Орлова, Д.И. Чемоданова; Под ред. Л.В. Мардахаев. - М.: Юрайт, 2012. - 447 с.
30. Павленко, Н.Н. Психология и педагогика: Учебное пособие / Н.Н. Павленко, С.О. Павлов. - М.: КноРус, 2012. - 496 с.
31. Работнов, Л.Д. Школьная педагогика: Учебное пособие / Л.Д. Работнов. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 256 с.
32. Роготнева, А.В. Школьная педагогика в начальной школе. Поурочные разработки: методическое пособие / А.В. Роготнева. - М.: Владос, 2015. - 135 с.
32. Турченко, В.И. Дошкольная педагогика: Учебное пособие / В.И. Турченко. - М.: Флинта, МПСУ, 2013. - 256 с.
34. Цукасова, Л.В. Принципы, заповеди, советы педагогики / Л.В. Цукасова, Л.А. Волков. - М.: КД Либроком, 2014. - 192 с.
35. Чернышова, Л.И. Психология и педагогика: Учебное пособие / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова; Под ред. Э.В. Островский. - М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 381 с.

## Календарный учебный график 1 года обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1
2.			Игра на знакомство. Правила поведения в хореографическом кабинете.	1
3.			Понятие осанка. Постановка корпуса. Положение головы. Позиция ног и рук.	1
4.			Упражнения «Поклон-приветствие», «Хлопки в ладоши».	1
5.			Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.	4
6.			Упражнения «Тик-так», «Уложить ушко», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны», «Мячик».	1
7.			Упражнения для рук ног «Птичка», «Утюжок», «Флажок».	2
8.			Практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».	4
9.			Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части. Танцевальные позиции ног: I, II, III. Танцевальные позиции рук (I, II, III).	1
10.			Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях. Полуприседания. Комбинации хореографических упражнений.	1
11.			Движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки.	4
12.			Развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку.	4
13.			Что такое осанка. Подбородок. Растяжка. Координация движения. Включение в работу различных групп мышц (ног, рук, шеи, спины и т.д.).	1
14.			Вытянутый носок. Позвоночник (ровный и подтянутый корпус). Роль двигательных функций (выворотность ног, подъема ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок).	1
15.			Упражнения на постановку корпуса 1,2 (ноги в свободном положении.)	2
16.			Определение рабочей и опорной ноги. Позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.).	2
17.			Demi-plie в 1 позиции. Battement tendu в 1 позиции (в сторону).	2

18.			Упражнения: наклоны вперед, вытянув руки, наклоны вперед, соединив стопы, наклоны в сторону.	2
19.			Подъем ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута).	2
20.			Сочетание подъема на полупальцах с последующим приседанием по 6 позиции и перенос веса тела с одной ноги на другую	2
21.			Значение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Импровизация в этюде	1
22.			Правила составления этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Этюд на выразительность жестов. Этюд на сопоставление разных характеров. Мимическая игра (передача мимики). Этюд, имитирующий действия человека.	1
23.			Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера».	1
24.			Игра-упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики. Школа-студия стилизованная игра «Веселые превращения».	1
25.			Пластические этюды: «Ежик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда».	1
26.			Прыжки: «Пингвин», «Разножка», «Лягушка».	1
27.			Образ танца (оригинальность).	1
28.			Инсценировка песен.	1
29.			Сюжетные композиции.	1
30.			Придумывание персонажей и сочинение историй.	1
31.			«Море волнуется», «Гулливер и лилипуты», «Цапля и лягушка», «Птичий двор». «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки», «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки», «Лягушата», «Лошадки».	2
32.			Тренировка образного мышления: «Зоопарк», «Тугая резинка», «Под дождем», «Лесные жители», «Тряпичные куклы и деревянные».	4
33.			Построение композиций. Правила создания хореографического номера.	2
34.			Средства художественной выразительности. Анализ избранного произведения с художественной стороны.	2
35.			Работа над танцевальным репертуаром.	12
36.			Психологическая подготовка к выступлению.	3
37.			Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».	3
38.			Приобретение навыков репетиционной,	10



			исполнительской работы с хореографическим материалом.	
39.			Постановка вокально-хореографических номеров.	7
40.			Генеральная репетиция.	1
41.			Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.	2
42.			Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.	3
43.			Участие в концертных программах.	4
44.			Подведение итогов.	1
45.			В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.	1

### Календарный учебный график 2 года обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Ознакомление учащихся с учебными задачами данного учебного года. Инструктаж по технике безопасности в хореографическом кабинете.	1
2.			Игра на сплочение коллектива «Паутина».	1
3.			Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг. Сочетание практического показа и словесных объяснений в ходе разучивания танцевальных движений. Понятие о движении по линии танца и обратно. Понятие об ансамбле (синхронно). Массовые танцы. объяснение об использовании минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.	1
4.			Длительное изучение, проработка небольшого количества движений, качественного его усвоения, для формирования прочного фундамента знаний через систему упражнений.	4
5.			Изучение массовых композиций «Марш друзей», «Цирковые лошадки», «Пингвины», «Танец цыплят», «Летка-Енька» и др.	2
6.			Игра «Мой танец». Игры – миниатюры, шуточные соревнования на формирование танцевального шага.	1
7.			Танцевальные шаги в образах «журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона».	2
8.			Значение ускорения темпа исполнения движений. Понятия «гибкость суставов» «эластичность связок», «сила мышц». Растяжка и эластичность мышц ног, спины, живота. Подъем и выворотность стопы. Значение здорового образа жизни танцора. Правила полезного, диетического питания.	1

9.			Разучивание новых развивающих упражнений на напряжение и расслабление мышц	4
10.			Направление и укрепление мышц спины	4
11.			Развитие выворотности мышц брюшного пресса	4
12.			Развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов («Корзиночка», «Ягушка», «Чемоданчик» «Мостик», «Шпагат – полушпагат»).	4
13.			Гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Гусеница», «Когти».	4
14.			Практическое закрепление поворота «вправо» и «влево».	2
15.			Игры «Магазин полезных вкусов», «Витаминные перчатки». Беседа с родителями «Полезные продукты в моем доме».	1
16.			Понятие пространственных перестроений: «линия», «колонна», «круг».	1
17.			Понятие «пространство». Точки зала.	1
18.			Отработка навыков двигаться по кругу лицом и спиной; по одному и в парах.	2
19.			Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.	2
20.			Упражнения на движение в линиях, смены линиями, вправо и влево, вперед и назад, перестраивания в круг.	2
21.			Упражнение на движение в колонне вперед, на месте, наклоны в стороны через одного и вместе.	2
22.			Упражнение на деление зала по точкам, соблюдать интервалы во время движения, знать своё место в зале.	2
23.			Значение импровизации. Импровизационные движения в соответствии с темпом музыки.	1
24.			Выражение в импровизации своего образного представления в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий.	1
25.			Упражнения «Крокодил», «Во дворе», «Осень», «Домашние животные».	1
26.			Изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д.	1
27.			Игра «Помощь по дому» (забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье).	1
28.			Этюды под музыку на заданную тему.	1
29.			Происхождение танца. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов. Современные танцы.	1
30.			Беседы по книгам А. Дешковой «Загадки	1

			Терпсихоры», Ю. Яковлевой «Азбука балета», Т. Барышниковой «Азбука хореографии». Видео просмотр отрывков балетных спектаклей, детских мюзиклов и концертных выступлений.	
31.			Воплощение художественного образа произведения средствами эмоциональной выразительности.	2
32.			Знакомство с костюмами и их значение в танце.	2
33.			Работа над танцевальным репертуаром.	12
34.			Репетиция перед зеркалом. Правила поведения за кулисами (дисциплина).	2
35.			Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.	8
36.			Постановка хореографических номеров.	14
37.			Генеральная репетиция.	1
38.			Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.	6
39.			Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях Самарской области	4
40.			В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.	1

### Календарный учебный график 3 года обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2.			Значение движений классического танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства. Роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений классического танца. Соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники исполнения. Правила постановки корпуса.	1
3.			Позиции ног в классическом танце. Методика и последовательность изучения позиций ног.	1
4.			Функции кисти (кистей) рук. Положения и приемы рук. Развитие выразительности рук – координации, пластичности, естественности и т.д. Методика постановки рук.	1
5.			Функции головы в технике и пластике движений классического танца. «Выразительность» взгляда как средство эмоциональности и образности в классическом танце.	1
6.			Позиции ног – I, II, III, IV (IV – как наиболее трудная, изучается последней).	1
7.			Позиции рук – подготовительное положение, I, II,	1

			III.	
8.			Grand pliés. Battements tendus иегоразновидности. Battements tendus jetés и его разновидностей.	1
9.			Rond de jambe par terre endehors et en dedans. Battements fondus и его разновидностей.	1
10.			Battements soutenus. Battements frappes иегоразновидности	1
11.			Battements développés и его разновидностей.	1
12.			Battements relevé lent и его разновидностей.	1
13.			Rond de jambeen l'air. Grand battements jetés иегоразновидностиит.д.	1
14.			Основные приемы развития движений классического танца у станка.Функции классического экзерсиса.	1
15.			Руки как «речевое» средство поз классического танца. Определение понятия «ведущая и ведомая рука».	1
16.			Последовательность движений классического танца у станка. Вариативность последовательности движений классического танца.	1
17.			Темп, характер музыкального материала по оформлению движений классического танца. Музыкальный материал – импровизация.	1
18.			Grandpliéno IV позиции.	1
19.			Battementstendus: с demi-pliésno IV позиции с переходом с опорной ноги; plié-soutenus по V позициям, и на полупальцах, во всех направлениях	1
20.			Battementsfondus: на 45° и 90° во всех направлениях.	1
21.			Battementsfrappés: на 30° на полупальцах, во всех направлениях.	1
22.			Battementssoutenus на 90° во всех направлениях.	1
23.			Battementsdéveloppés: développépssés на полной столе со всех направлений. Pastombé другая нога носком в пол и на 45° и 90°.	1
24.			Pascouré с подъемом на полупальцы.	1
25.			Flic: со стороны II позиции вперед и назад; со стороны IV позиции с подъемом на полупальцы.	1
26.			Relevés на полупальцы: по I, II, IV и V позициям с demi-plié; с ногой в положении surlecou-de-pied и т.д.	1
27.			Основные приемы развития движений классического танца на середине зала. Определение понятия «поза классического танца» как фактор развития движений классического танца.	1
28.			Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших.Виды поз классического танца: «croisé», «effacéetecarté».	1
29.			Классификация поз классического танца. Определение понятий «канонические» и	1

			«неканонические» позы классического танца.	
30.			Методика и приёмы исполнения поз классического танца. «Tempslié» как основное движение, его виды.	1
31.			Основные малые позы (обе ноги на полу).	1
32.			Основные большие позы (одна нога на полу, другая на воздухе).	1
33.			Формы tempslie: основная форма; с перегибом корпуса; на 90°.	2
34.			Battementstendus. Battements tendusjeté.	2
35.			Rond de jembе. Battements fondus.	2
36.			Battements frappés. Battements soutenus.	2
37.			Battements relevéslents. Battements développés.	2
38.			Grand battements jeté.	2
39.			Приемы и технология исполнения движений классического танца на полупальцах.	1
40.			Классификация вращений по формам, группам, видам и их разновидностям, характеру. Приемы и технология исполнения вращения.	1
41.			Исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая образовательного процесса. Battements fondues.Battements frappés. Battements soutenus	2
42.			Temps relevé.Rond de jembе	2
43.			Battements relevéslents.Battements développés.	2
44.			Flic со стороны II и IV позиций.	2
45.			Полуповороты и повороты в V позиции.Preparations .	2
46.			Технология построения формы танцевальной комбинации.Особенность построения танцевальных комбинаций на середине зала: adagio, allegro, вращений и т.д.	1
47.			Построение учебной формы танцевальной комбинации во взаимодействии с музыкальным материалом (8–16 тактов).	1
48.			Анализ структуры учебного примера. Выявление ошибок, их корректировка.	1
49.			Терминология классического танца.	1
50.			Подбор музыкального материала для сочинения учебной танцевальной комбинации. Консультативная работа с концертмейстером по подбору музыкального материала для сочинения учебной формы танцевальной комбинации, в соответствии с ритмом, темпом, характером.	1
51.			Определение цели и задач формы танцевальной комбинации в структуре учебных занятий: в экзерсисе у станка, на середине зала и т.д.	2
52.			Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса.	3
53.			Задания на использование законов динамического	5

			развития движений классического танца в процессе работы. Выявление ошибок, их корректировка.	
54.			Составление словаря терминов классического танца.	1
55.			Психологическая подготовка к выступлению. Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».	2
56.			Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.	8
57.			Постановка вокально-хореографических номеров.	8
58.			Генеральная репетиция.	2
59.			Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.	1
60.			Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.	4
61.			Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.	6
62.			В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителя.	1

#### Календарный учебный график 4 года обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом кабинете. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии.	1
2.			Знакомство с изучаемым предметом – народным танцем. Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене.	1
3.			Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея. Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук.	1
4.			Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты.	1
5.			Положение тазобедренного сустава относительно выворотности.	1
6.			Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев. Творческая дисциплина в танце	1
7.			Упражнения для головы: поворот в профиль, вправо, влево, вверх, вниз.	3
8.			Основные ходы и движения.	4
9.			Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности.	4
10.			Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание	4

			кистей, руки вытянуты в стороны на уровне плеч; движения рук из стороны в сторону.	
11.			Основы выразительного движения.	1
12.			Двигательный аппарат.	1
13.			Основная особенность - активное движение на опорной ноге (коленного сустава, мышц голени и мышц, производящих движения в суставах стопы).	1
14.			Принцип контрастности.	1
15.			Полуприседания и полные приседания - медленные (мягкие, плавные) и быстрые (резкие, отрывистые).	1
16.			Упражнения на развитие подвижности стопы Маленькие броски. Круговые движения ногой по полу или по воздуху.	1
17.			Каблучные упражнения: 1) низкие, 2) средние и 3) высокие.	1
18.			Упражнения на низкие и высокие развороты ноги.	2
19.			Упражнения на движение на опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги, с ударом пятки, с прыжком.	3
20.			Понятие основных упражнений классического экзерсиса: плие, батман тандю, релеве, соте, эшапе, глиссад. Понятие основных элементов народного танца. Элементы русской народной пляски. Простой хороводный шаг; с выставлением ноги на пятку; русский переменный шаг; притопы ; шаг с припаданием.	1
21.			Полуприседание с выставлением ноги на пятку. «Ковырялочка». «Верёвочка». «Качалочка».	1
22.			Пальчиковый школа-студия-игра «Запомни меня» (каждый палец соответствует танцевальному термину).	2
23.			Игра «Дневник моих движений». Составление словаря терминов.	2
24.			Мнемоника. Связывание движений.	2
25.			Память партнера.	2
26.			Знакомство с танцевальным искусством русского народного, украинского и казахского танцев.	2
27.			Русский танец: хоровод, пляска, кадриль.	2
28.			Армянский танец девушек.	1
29.			Знакомство с танцевальным искусством Казахстана на примере казахского танца «Кара-жорга».	1
30.			Видеопримеры сценического решения народных танцев. Ходы: простой, переменный, с каблука, «гармошка». Припадание вперед, в сторону, на месте.	4
31.			Вращения по диагонали, по кругу, на месте, на подскоках. Двойная дробь.	2
32.			Ходы «бигунец», «пружинка». Присядка: простая («сесть-встать»). «Веревочка» простая.	2

33.			Практика. «Припадание» по III позиции вперед. «Дорожка» – «припадание» с перекрещиванием ног.	2
34.			Парно-массовая комбинация «Кара-жорга». Движение кистей рук в казахском танцах. Основные ходы в казахском танце	4
35.			Русский народный танец как неотъемлемая часть фольклорного наследия. Народный танец как древний вид народного искусства: праздники, традиции, обряды. Рассказ о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений.	1
36.			Рассказ о культуре других стран (Казахстан, Армения) Показ костюмов и рассказ о значении сценического костюма.	1
37.			Привитие исполнителям уважительного отношения к национальным традициям, чувства любви преданности к Родине, обуславливающие формирование личности как источника высокой культуры.	2
38.			Беседа по истории традиций и обрядов. Игра-сравнение народных костюмов различных стран «Угадай откуда». Игра «Семья». Посещение концертов с участием детских народных коллективов.	2
39.			Значение постоянной отработки исполнения технически сложных комбинаций народного танца в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах. Объяснение процесса объединения движений в более сложные по композиции комбинации и танцевальные этюды народного танца.	1
40.			Уровень выразительности исполнения. Ансамблевое исполнение технически насыщенных танцев.	1
41.			Работа над танцевальным репертуаром.	10
42.			Раскрытие национального характера и манеры исполнения народного танца.	1
43.			Особенности взаимоотношений партнеров в различных народных танцах. Психологическая подготовка к выступлению.	1
44.			Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом.	6
45.			Постановка хореографических номеров.	6
46.			Генеральная репетиция.	2
47.			Групповые выступления на мероприятиях различного уровня , в концертных программах, конкурсах, фестивалях .	10
48.			В конце первого и второго полугодия исполняется	1



			один танец с последующей оценкой руководителя.	
--	--	--	--	--

### Календарный учебный график 5 года обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с изучаемым предметом – джаз-модерн танцем (основные этапы занятий по программе: разогрев, изоляция, партер, адажио, кросс, комбинация).	1
2.			Зарождение в конце XIX - начале XX века в США и Германии современного направления хореографии – танца модерн. Истоки направления в идеях теоретика и педагога Ф. Дель-Сарта, в системе Э. Жака-Далькроза и искусстве А Дункан.	1
3.			Танец модерн как стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия. Основопологающие принципы данного направления: отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами. Общее с джаз - танцем и различие между системами. Айседора Дункан – основоположница нового направления.	1
4.			Обзор практических наглядных примеров, характеризующих основные направления в танце модерн .	1
5.			Упражнения на самостоятельное выделение учащимися характерных признаков джаз-танца: ритмичность, динамика, колоритность, совершенная свобода и координация всех частей тела, импульсная техника, возможность импровизации.	5
6.			Техника isolation – основа современного танца. Изолируемые центры: голова и шея, плечевой пояс, бедра (pelvis), руки, ноги. корпуса. Моноцентрика и полицентрика. Параллелизм и оппозиция. Level. Виды levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодницах, стоя на ягодницах, стоя на коленях, лежа.	1
7.			Акробатические levels – шпагат, стойка на руках и т.д. Методика изучения isolation на различных levels. Первоначальные движения изолируемых центров изучаются в чистом виде. В простых сочетаниях даются всевозможные движения изолируемых центров.	1
8.			Изучение isolation головы (стоя, сидя). Наклоны (вперед, назад, в сторону). Повороты (в сторону). «Маятник». Круг. Плечи (стоя и сидя,	1

			параллелизм): Accents (вверх, вниз, вперед, назад). Полукруг. Круг.	
9.			Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад). Верх корпуса (стоя). Bend и bounce (вперед, в сторону, назад). Side stretch. Deep body bend. «Table top» (вперед, в сторону).	1
10.			Twist – «table top». Простой круг через «table top» и deep bend. Body bend demi-plié с последующим stretch. Relax.	1
11.			Изучение isolation pelvis в (полуприседании): Медленные isolation (вперед, назад, в сторону). Accents (вперед, назад, в сторону). Hipcross (с возвращением в центр). Полукруг. Круг.	1
12.			Изучение isolation ног (стоя): Kneerise. Battements tendus и point-flex. Isolation пальцев. Круги стопы. Kneetise с наклоном верха корпуса вперед. Kickballchange.	1
13.			Ноги (сидя): Pointflex стопы. Изоляция пальцев. Круги стопы. Круги от колена. Сгибание колена и flex по I и II аут-позициям. Изучение isolation рук (стоя, сидя): Flex кисти. Круги кистью. Круги предплечьем. Тряска кисти.	1
14.			Своеобразие современного танца - движение тела целиком, без изоляции отдельных центров. Основа данной техники – подвижность позвоночника во всех его отделах. Виды движений: наклоны торса; изгибы торса; спирали; bodyroll (волна).	2
15.			Техника исполнения: Flatback (плоская спина), или tabletop (поверхность стола). Deepbodybend - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°. Sidestretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается.	2
16.			Комбинации: flatback может выполняться крестом, квадратом, flatback в сторону может быть переведен без изменения высоты во flatback по диагонали.	2
17.			Техника исполнения: Curve (керф). 2. Arch - арка. 3. Twist торса. 4. Rolldown и rollup. Комбинации.	2
18.			Твистовые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: demi - и grandpile, releue, battementetendu, ronddejambeaparterre.	2
19.			Спирали - движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе.	2
20.			Bodyro (волна) - несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим и демонстрация волны всего тела.	2
21.			Contraction - сжатие, сокращение, и release (расширение) - тело танцора расширяется в пространстве. Contraction на выдохе, release на	1

			вдохе.	
22.			Contraction не динамическое движение, сжатие за счет сокращения мышц, а не их движения. Contraction как аккумуляция внутренней энергии, в реализации движения release. Фиксация Contraction и release (глубина таза, позвоночник, положение головы).	1
23.			Упражнения: лежа на спине, сидя, стоя на коленях, стоя.	1
24.			Положение головы. Т-позиция.	3
25.			Упражнения в парах (contraction, release).	3
26.			Уровень - расположение тела танцора относительно земли. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.	1
27.			Акробатические уровни: шпагаты, мост, стойка на руках, стойка на лопатках (березка), колесо. Техника передвижения танцора по горизонтали и вертикали.	1
28.			В различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (в нижних уровнях). В партере выполнение упражнений стретч-характера, т. е. растяжки. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию.	1
29.			Варианты уровней. «Стоя»: а) верхний уровень (на полупальцах); б) средний уровень (на всей стопе); в) нижний уровень (колени согнуты).	1
30.			«На четвереньках»: а) опора на руках и коленях; б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене. «На коленях»: а) стоя на двух коленях; б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений.	2
31.			«Сидя»: а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе); б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед); в) вторая позиция (ноги разведены в стороны); г) четвертая позиция или swastic; д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой); е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно); ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута); з) сидя на одном бедре (колени опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).	2
32.			Пятая позиция ног в положении сидя - два варианта (1. колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами. 2. pinch - позиция, когда одна нога находится перед другой,	2

			но голень, т. е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу; Лежа: а) на спине; б) на животе; в) на боку.	
33.			Танцевальность, манера и стиль модерн-джаз танца. Традиционные, зафиксированные шаги, прыжки и вращения.Импровизация, вариативность видов движений: шаги; прыжки; вращения.	1
34.			Шаги: I. Шаги примитива. II. Шаги в модерн-джаз манере. III. Шаги в рок-манере. V. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, т. е. раннего джаза. Связующие шаги. Шаг из танца "Ча-ча-ча". Latinwalk.	4
35.			На основе flatstep: шаги исполняются по диагонали класса или по кругу. Координация трех центров на основе flatstep., методика и виды падений).	2
36.			Сложные виды падений – акробатические падения.	1
37.			Изучение движений без передачи центра тяжести. Изучение движений с передачей центра тяжести. Изучение джаз ходов (jazzwalks).	2
38.			Изучение разновидностей джаз вращений. Изучение джаз вращений в воздухе. Джаз-бег (jazzrun) и прыжки. Джаз прыжки.	3
39.			Изучение джаз падений (подготовка к падениям, методика и виды падений). Сложные виды падений – акробатические падения.	3
40.			Позиции и положения рук, ног и корпуса в современном танце. Отличия модерн джаз-танца от классического танца Особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца. Особенности терминологии современного танца.	2
41.			Изучение основного положения корпуса, необходимого для данного танцевального стиля: положение коллапс. Изучение основных позиций рук: нейтральное или подготовительное, press-position, первая позиция, вторая позиция, третья позиция.	2
42.			Аналогия и различие этих позиций с классическим танцем аут-позиция. Jerkposition. Изучение разновидностей положения рук: V-положения, А-, Б-, В-положения. Перевод рук в различные позиции и положения.	2
43.			Изучение позиций ног в положении «стоя» (по системе Г. Джордано): первая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция. Вторая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция. Третья позиция, один вариант: аналогичен классической 3-ей позиции. Четвертая позиция, два варианта: аут-позиция и параллельное положение. Пятая позиция, два варианта: аут-позиция и	2

			параллельное положение.	
44.			Изучение положений отдельных частей ног: положения point и flex в движениях catchstep, prance, kick. Изучение позиций ног в положении «сидя».	2
45.			Базовые движения составляющие комбинации упражнений у станка. Последовательность движений и логика построения комбинаций.	2
46.			Изучение базовых движений: Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку). Contract-releasepelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед.	2
47.			Plié: demi-pliécontract-release корпуса; grand-pliécontract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку);demi-pliérelevé с отклонением корпуса назад – диагональ.	2
48.			Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону);heeldrop-bounce (назад). Battementtendu jetépiqué. Swingbalancoire (вперед-назад).	2
49.			Battementfondu в координации с движением рук. Battement développé point-flex. Battements développéчез passé contract. Kick. Kickballchange. Pelvisstretch (лицом к станку).	2
50.			Танцевальные комбинации на развитие пластических ритмов в соединении с динамикой сценического пространства. Сочинение танцевальных этюдов.Цели и задачи этюдной работы.	2
51.			Композиционное построение сольного, массового танцевального этюда. Тема, жанры, стиль, характер будущей хореографической композиции.	2
52.			Сочинение сольных, парно-массовых композиций. Разучивание хореографического текста. Исполнение этюдов. Анализ композиционного построения, технического мастерства и выразительности исполнения. Корректировка хореографического этюда.	4
53.			Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения. Ответственность каждого за успех коллектива. Повторное выступление как импровизация.	1
54.			Анализ видеозаписей лучших исполнителей эстрадной хореографии, их исполнительского мастерства, просмотр и прослушивание лучших исполнений всемирно известных постановок мюзиклов. Анализ лучших работ хореографов в этой области.	2

55.			Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня.	8
56.			Исполнение фрагмента танца в концертном выступлении с последующей оценкой педагога в конце первого и второго полугодия	1