ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
МБУ ДО ДШИ им. А.В. Варламова
от « 03 » 04 2019 г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДШИ
им. А.В. Варламова
_____ П.В. Гришин
« 16 » 04 2019 г.
Приказ № 97-од

Дополнительная общеразвивающая программа

« ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»

Срок реализации: 5 лет
Возраст учащихся: от 6 лет

Автор составитель:
Буркина Иоанна Юрьевна
преподаватель

Программа пересмотрена (актуализирована) на заседании Педагогического совета
Протокол № 23 от « 05.06 » 2020 г.

Программа пересмотрена (актуализирована) на заседании Педагогического совета
Протокол № 7 от « 26.03 » 2021 г.

Программа пересмотрена (актуализирована) на заседании Педагогического совета
Протокол № 4 от « 25 » 03 2022 г.

Программа пересмотрена (актуализирована) на заседании Педагогического совета
Протокол №_____ от «_____»_____201__ г.

Подписано цифровой подписью: Гришин Павел Владимирович

Ульяновск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1. **Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства**

1.1 Пояснительная записка

1.2 Цели и задачи

1.3 Самоактуализация личности воспитанника

2. **Содержание программы**

3. **Список литературы**

Программа разработана
на заседании Методического совета
МБУ ДО ДШИ им. А.В. Варламова
Протокол №____ от «____» _____2019 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу. Систематические занятия хореографией способствуют фо рмированию у воспитанников общей и эстетической культуры, развитию танцевальных, музы кальных и творческих способностей. Удовлетворение реальных потребностей и интересов дет ей в хореографическом искусстве –
основной смысл предлагаемой образовательной программы, реализуемой в системе дополнит ельного образования.
Образовательный процесс дополнительного образования имеет специфические черты, которы е были учтены при разработке образовательной программы.
Это своеобразие образовательного пространства создаёт особые условия для творческого разв ития и самовыражения личности ребенка.
Весь процесс обучения по классическому, русскому и народному танцу строится на профессио нальных методиках обучения, без которой воспитанники не смогут получить необходимые тан цевальные навыки.

Классический танец – методика Вагановой А. Народный танец –
методика Ткаченко Т. Русский танец – методика Устиновой Т.

Программа допрофессиональная, предполагает, что уровень знаний и умений выпускника позв оляет успешно поступить в колледж искусств или институт искусств и культуры.
Программа носит цикличный характер. С каждым годом обучения темы повторяются, но с бол ее глубоким и усложненным материалом.
Реализация программы в полном объеме предполагает развитие у воспитанников:

- знаний в области хореографического искусства и танцевальной культуры;
- высокого уровня исполнительского мастерства; -
приёмов самостоятельной коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки;
- нравственной воспитанности выражающейся в поведении воспитанников в коллективе, их трудолюбие, ответсвенности на выступлениях, чувстве товарищества, взаимопомощи, доброжелательности;
- творческого мышления;
- общей культуры личности ребёнка;
- сценической культуры и художественного вкуса;
- потребности в самостоятельном художественно-творческом труде; -
эмоционального восприятия хореографического искусства.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы: развитие духовно-
нравственных качеств личности воспитанников, их творческих способностей и индивидуально сти средствами хореографического искусства.

Задачи программы

Образовательные:

-
приобретение знаний в области хореографического искусства, изучение истории танцевальной культуры;

-приобретение исполнительских навыков основ классической,
русской, народной и современной хореографии;

Развивающие:

-развитие творческого мышления детей;

обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки, самостоятельного добывания знани;
-развитие эмоционально-ценностного и коммуникативного опыта.

Воспитательные:

-формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
-воспитание умения контролировать свое поведение, рефлексии своих действий;

-формирование сценической культуры, развитие художественного вкуса.

Творческие:

-формирование потребности в самостоятельном художественно-творческом труде, чувств, побуждающих к творческому самовыражению;
- раскрытие индивидуальности ребенка и его потенциальных возможностей;

-вовлечение воспитанников в творческую, поисково-исследовательскую деятельность.

Самоактуализация личности воспитанника

Проявляется яркая индивидуальность, самостоятельность художественного мышления. Сформирована общая культура личности, способная самоутвердиться и найти свое место. Имеет базу творческого мышления, выражает свои впечатления с помощью пластики собств енного тела.

Обладает большим творческим потенциалом. Обладает способностью выразительного движ ения. Активен и самостоятелен в общении. Развита музыкальность и пластичность. Владеет техникой исполнения классического, русского, народного и эстрадного танца, высоким тем пом грамотного исполнения.

Учебно-тематический план 1-го года обучения

Классический танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	26
3. Экзерсис на середине зала	20
4. Allegro	20
5. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Вводное занятие. Закономерности в движениях классического танца.

Экзерсис у станка. Некоторые движения исполняются, держась одной рукой за станок, дру гая рука исполняет preparation.

IV позиция ног. Crand plie по II, IV, V позиции. Battement tendi из V позиции во все направл ения

-

переход (degage). Pour le pied battement tendu. Battement tendu jete по V позции во все напра вления. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Экзерсис на середине зала

Положение epoulement croise, essasse. Demi plie по V позиции en jase. Battement tendu по V п оз во все направления и с demi plie Battement tendu jete по I поз. Demi rond de jambe par terre на 1⁄4 круга. Passe par terre.

Allegro

Temps sauté по V позиции. Changment de pied по V позиции. Первоначальное изучение petit pas echappe по II позции.

Итоговое занятие. Демонстрация знаний терминологии движений классического танца

Бальный танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	2
2. Основные позиции ног	8
3. Основные позиции рук	8
4. Основные шаги	10
5. Медленный вальс	20
6. Правый и левый поворот	20
7. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Позиции ног, характерные для бального танца:

В бальных танцах различают Закрытые Позиции Ног (когда ступни ног соприкасаются) и Открытые Позиции Ног (когда ступни ног не соприкасаются).

Также различают Одинарные Позиции Ног (то есть, не имеющие альтернативы) и Двойные Позиции Ног (то есть, имеющие варианты исполнения с разных ног).

Из нижеприведённого списка Первая, Третья, Пятая и Шестая позиции ног называются закрытыми, а Вторая и Четвёртая – открытыми. Первая, Вторая и Шестая позиции являются одинарными, остальные – двойными.

Отдельно выделяют Параллельные Позиции Ног, которые были включены в танцевальный лексикон в двадцатом столетии.

Кроме того, различают Позиции Подошвенные, в которых ступни касаются пола всей подошвой, и Позиции Носковые, в которых опорная нога касается пола подошвой, а свободная — носком.

Основные позиции ног в бальных танцах:

а) ПЕРВАЯ ПОЗИЦИЯ (1п) — закрытая позиция ступней ног, при которой пятки сомкнуты, а носки разведены в стороны (под углом около 90 градусов).

б) ВТОРАЯ ПОЗИЦИЯ (2п) — открытая позиция ступней ног, при которой ноги расставлены на длину стопы, пятки направлены внутрь, носки смотрят в стороны.

в) ТРЕТЬЯ ПОЗИЦИЯ (3п) — закрытая позиция ступней ног, при которой пятка одной ноги приставлена спереди к середине стопы другой ноги, носки разведены в стороны (под углом около 90 градусов).

г) ЧЕТВЕРТАЯ ПОЗИЦИЯ (4п) — открытая позиция ступней ног, при которой одна нога находится впереди другой на расстоянии стопы, носки смотрят в стороны, пятка одной ноги находится напротив носка другой ноги.

д) ПЯТАЯ ПОЗИЦИЯ (5п) — закрытая позиция ступней ног, при которой пятка одной ноги примыкает спереди к носку другой ноги, носки смотрят в стороны.

е) ШЕСТАЯ ПОЗИЦИЯ (6п) — закрытая позиция ступней ног, при которой ступни параллельно сомкнуты носками вперёд.

Дополнительные позиции ног в бальных танцах:

ж) ПЕРВАЯ ОБРАТНАЯ ПОЗИЦИЯ (Завёрнутая Позиция) — носки сомкнуты, пятки симметрично разведены в стороны.

з) ВТОРАЯ ПАРАЛЛЕЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ — ноги расставлены на длину стопы, стопы расположены параллельно носками вперед.

и) ЧЕТВЕРТАЯ ПАРАЛЛЕЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ —
одна нога находится впереди другой на расстоянии стопы, носки ступней направлены впере д.
к) СКРЕЩЕННАЯ ПОЗИЦИЯ (Лок) [англ. Lock – замок] —
ноги закрещены, ступни сомкнуты параллельно носками вперёд.
л) ПОЗИЦИЯ ПРОТИВОДВИЖЕНИЯ КОРПУСА [англ. Contra Body Movement Position, CB MP] —
параллельная позиция ступней ног в момент, когда плечи и бёдра исполнителя развёрнуты поперёк направления шага. Применяется в спортивных бальных танцах Европейской подгру ппы: Венский Вальс, Квикстеп, Медленный Вальс, Медленный Фокстрот, Танго. Другое наз вание: Позиция Противохода.

Позиции рук и корпуса, характерные для бального танца:

а) ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ —
руки опущены вниз, слегка отдалены от корпуса и округлены в локтях и кистях, ладони пов ёрнуты к себе, пальцы естественно сгруппированы, большой палец сближен со средним, от плеча до кончиков пальцев продолжается мягкая округленная линия руки.
б) ПЕРВАЯ ПОЗИЦИЯ (1п) —
руки, округленные в локтях и кистях, подняты на уровень диафрагмы, ладони повёрнуты в нутрь, расстояние между кончиками ладоней около 2 см. Руки как бы удерживают большой шар.
в) ВТОРАЯ ПОЗИЦИЯ (2п) —
руки, округленные в локтях и кистях, разведены в стороны на уровне плеч, ладони повёрну ты вперед. Руки как бы удерживают очень большой шар.
г) ТРЕТЬЯ ПОЗИЦИЯ (3п) —
руки, округленные в локтях и кистях, подняты над головой, ладони повёрнуты к себе, расст ояние между кончиками ладоней около 2 см. Руки образуют мягкий овал.

Дополнительные позиции рук в бальных танцах:

д) ПЕРВАЯ ПОЗИЦИЯ АЛЛОНЖЕ (открытая и закрытая) —
руки вытянуты вперёд на уровне груди, ладони обращены вверх (открытая позиция) либо в низ (закрытая позиция).
е) ВТОРАЯ ПОЗИЦИЯ АЛЛОНЖЕ (открытая и закрытая) —
руки вытянуты в стороны на уровне груди, ладони обращены вверх (открытая позиция) либ о вниз (закрытая позиция).
ж) ТРЕТЬЯ ПОЗИЦИЯ АЛЛОНЖЕ (открытая и закрытая) —
руки вытянуты вверх, ладони обращены наружу (открытая позиция) либо внутрь (закрытая позиция).
з) РУКИ НА БЁДРАХ — руки, согнутые в локтях, ладонями плотно прилегают к бёдрам.
и) РУКИ НА ТАЛИИ — руки согнуты в локтях, кисти обхватывают талию.
к) ПОЗИЦИЯ «ПОДЛОКОТНИКОВ» [англ. Armchair Position] —
руки разнесены локтями в стороны так, как если бы они лежали на подлокотниках кресла.
л) СКРЕЩЕННАЯ ПОЗИЦИЯ РУК — руки, согнутые в локтях, скрещены на груди.

Основные шаги и движения начального этапа обучения: Медленный Вальс, правый п оворот и левый поворот.

Медленный вальс:
- вальсовая дорожка;
- па балансе;
- вальсовый поворот
- закрытая перемена вперёд и назад, закрытая перемена в паре,
- правый поворот, левый поворот,
- открытая перемена вперёд и назад,
- правый спин - поворот,

Учебная композиция «медленного вальса» из выученных элементов.

Поклон:

При поклоне соблюдают полувыворотные позиции ног и смягченные положения рук. Кавалер может держать руки слегка закруглённо вниз, развернув кисти назад. Если одной рукой он держит руку дамы, то вторую может убрать за спину. При выполнении старинного придворного поклона кавалер должен слегка отвести руки в стороны и склониться очень глубоко, дабы соблюсти симметрию низкому реверансу дамы.
Дама во время поклона, как и при реверансе, руками берётся за боковые складки платья, не много выше коленей. При узком платье руки могут оставаться округлыми, изображая действия с несуществующими складками. Также руки можно сложить ладонь в ладонь на уровне груди, или же они могут быть заняты веером. Если платье снабжено длинным шлейфом, то при поклоне предварительно необходимо откинуть шлейф назад ловким круговым движением ноги. Верхняя часть тела при этом должна оставаться совершенно спокойной.

Ритмика

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Позиции ног и рук	1
3. Танцевально-ритмическая гимнастика	12
4. Игропластика	5
5. Игроритмика	10
6. Креативная гимнастика	5
7. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

«Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры .

«Танцевально – ритмическая гимнастика». Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов

«Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений (йога и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме).
Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобранны с учетом их корригирующего значения.
Стретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Так же растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе.

«Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

Сценическая практика

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	1
2. Виды сценического танца	3
3. Балетная гимнастика	5
4. Сценическое движение	10
5. Подготовка танцевальных номеров	15
6. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

На первом году обучения особое внимание уделяется индивидуальной работе с обучающимися. Цель этих занятий развить, улучшить, закрепить физические способности необходимые для занятий хореографией. В качестве концертного номера или показательного выступления могут быть использованы фрагменты урока ритмики, ритмический танец или простенькая полька на подскоках, которые могут быть показаны на открытом уроке или на концерте в школе. Учебные танцы могут исполняться как в соответствующих костюмах, так и в рабочей форме.

Учебно-тематический план 2-го года обучения

Классический танец

Тема	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	26
3. Экзерсис на середине зала	20
4. Allegro	20
5. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Классический танец.

Экзерсис у станка. Движения исполняются, держась одной рукой за станок. Новые движения изучаются лицом к станку.

Plie soutenu, без подъема на полупальцы в V поз. Temps releve par terre en dehors et hors et hors et en dedans. Battement retire. Положение passe. Battement releve lent на 90о во все направления.

- с продвижением. Pas coupe

Экзерсис на середине зала.

Demi plie по I, II, V, IV позициям en fase.

Battement tendu:

- с demi plie, с passé par terre. Battement tendu jete. Battement releve lent на 45о. Temps lie par terre. Позы I, II, III arabesgues. II, III форма port de bras. Pas de bourree suive. Исполняется по диагонали или по кругу.

Allegro.

Подготовка к pas assemble в сторону:

- в раскладке;
- крестом у станка. Pas assemble с открыванием ноги в сторону.

Petit pas echappe по II позиции.

Бальный танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2

2. Медленный вальс	8
3. Венский вальс	8
4. Самба	10
5. Джайв	20
6. Ча-ча-ча	20
7. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Изучение основных движений, шагов ,позиций медленного вальса, венского вальса, самбы , д жайва, ча-ча-ча.

Медленны вальс

Положение в паре для вальса такое же, как в других танцах европейской программы: в нижней части тела расстояние между партнёром и партнёршей минимально, выше партнёрша создаёт шэйп, задача партнёра —
создать условия для партнерши, в которых она может двигаться. Кроме того, партнёрша долж на быть смещена вправо относительно партнёра для выполнения так называемого «правого» в альса, то есть вальса, в котором очередной такт начинается с шага правой ногой.

Шаги медленного вальса

Рассмотрим медленный вальс с точки зрения партнёра, начинающего лицом по направлению т анца. Первый шаг выполняется «с каблука», с некоторым поворотом ступни вправо (для «прав ого» вальса). В зависимости от необходимости этот шаг может быть различным по длине. Вто рой шаг заключается в «обходе» вокруг партнёрши, его сложность во многом зависит от того, на какой угол пара повернулась за первый шаг, так как суммарный угол должен составить око ло 180 градусов. Второй шаг, кроме того, выполняется с поднятие относительно остальных ша гов. Третий шаг — приставление свободной ноги.

Движение назад начинается с шага назад левой ногой. В это время партнёрша выполняет выш еописанный шаг с правой ноги вперёд. Первый шаг второго такта должен соответствовать шаг у партнёрши и наоборот. Второй шаг второго такта в зависимости от опытности танцующих и конкретной задачи может быть небольшим или наоборот широким, но, так или иначе, за этот шаг необходимо совершить поворот до 180градусов, то есть завершить полный оборот пары. Т ретий шаг — снова приставление ноги.

Венский вальс

Музыкальный размер —
3/4 или 6/8, шаг выполняется на каждую долю такта. Танцевальная программа венского вальс а состоит из семи различных фигур (передвижений).

Положение в паре для вальса аналогично положению других танцев европейской программы: в корпусе партнёрша отклоняется от партнёра, в нижней же части тела расстояние между парт нёром и партнёршей должно быть минимальным.

Задача партнёра —
дать возможность двигаться партнерше. Для выполнения вальса вправо, когда очередной такт начинается с шага правой ногой, партнёрша должна быть смещена относительно партнёра впр аво.

Первый шаг каждого такта определяет длину перемещения пары, он может быть различным п о длине в зависимости от необходимости и опытности исполнителей. Во время второго шаг вы полняется основная часть поворота. Третий шаг —
вспомогательный, на нем происходит перемена ноги.

Первый такт

Партнёр начинает движение лицом вперёд, по ходу танца. Первый шаг выполняется с каблука по направлению между ступней партнёрши, с одновременным доворотом ступни вправо, при э том партнёрша делает шаг спиной назад. Второй шаг —
«обход» вокруг партнёрши, при этом суммарный угол поворота этих двух шагов должен сост авить 180°. На третьем шаге выполняется приставление свободной ноги.

Второй такт

Партнёр начинает движение спиной назад, с шага левой ногой, тогда как партнёрша выполняе т шаг с правой ноги вперёд. На следующем шаге
необходимо завершить второй оборот в 180°, таким образом, сделав полный тур вокруг себя. На третьем шаге выполняется приставление свободной ноги.

Самба

Са́мба —
(порт. samba) бразильский танец, символ национальной идентичности бразильцев. Танец обрё л мировую известность благодаря бразильским карнавалам. Одна из разновидностей самбы во шла в обязательную пятёрку латиноамериканской программы бальных танцев. Исполняется в темпе 50-
52 удара в минуту, в размере 2/4 или 4/4. В русском языке слово "самба" имеет женский род, в португальском – мужской.

- основные положения в паре и соединения рук,
- подготовительные движения (пружинящее движение по 6 позиции, пружинящее движение на шагах и приставках),
- основной ход, поступательный ход,
- соединение основного хода с поступательным,
- виск, виск в паре, самба-ход вперёд, боковой самба-ход, самба-ход на месте, - соло-поворот партнёрши,
- соединение виск, соло-поворот,
- соединение основной ход, поступательный ход, соло-поворот,

Учебная композиция из выученных элементов.

Джайв

Музыкальный размер 4/4, темп — 44 такта в минуту.

Танец джайв исполняется на соревнованиях по бальным танцам. Из 5-
ти танцев латиноамериканской программы джайв всегда идет последним и является апофеозо м соревновательной программы. Этот танец очень быстрый и искрометный. Таким образом, о н позволяет парам продемонстрировать не только техническое мастерство, но и показать свою физическую подготовку.

Основной фигурой современного джайва является быстрое синкопированное шоссе (шаг-приставка-
шаг) влево и вправо, вместе с более медленным шагом назад и возвращением вперед. Бедра и колени поднимются на счет "и", который находится между основным счетом.

Шаги делаются с носка. При этом вес тела всегда находится впереди и переносится с ноги на н огу. При исполнении танца, пары стараются акцентировать каждый четный счет, тем самым ув еличивается скорость выполнения отдельных фрагментов фигур.

Ча Ча Ча

Основной шаг Ча-Ча-Ча состоит из шассе и так называемого "чека" -
шага вперед. В шассе делается движения, на "чеке" - два. На 4 такта получается 5 шагов.

При выполнении шассе вбок стопа ставится на внутреннюю часть, а затем плавно перекатывае тся на внешнюю часть.

"Чек" представляет собой шаг левой ногой вперед с переносом на нее примерно 70% веса, вся стопа полностью прижата к полу. Колено правой ноги упирается под колено левой, стопа прав ой ставится на носок.

При шаге назад стопа правой ноги полностью прижата к полу, а стопа левой поднимается на н осок. Корпус остается строго вертикально, правое бедро выносится назад.

Народный сценический танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	16

3. Экзерсис на середине зала	15
4. Итоговое занятие	2

Всего: 35 часов

Содержание

Разминка на середине зала:

- упражнения для шеи;
- плеч;
- корпуса;
- упражнения для стопы с demi plie и releve.

Экзерсис у станка.

Подготовительное движение preparation

- движение руки;
- движение рук в координации с движением ноги. Переход ног из позиции в позицию:
- приемом battement tendu;
- броском jete на 35о;
- поворотом стоп. Crand plie по всем позциям. Battement tendu:
- с demi plie на опорной ноге;
- с demi plie в исходной. Battement tendu jete
- во все направления по I, III и V позициям;
- с коротким ударом носком или ребром каблука работающей ноги;
- с коротким ударом всей стопой работающей. “Веревочка”
- в открытом положении на всей стопе;
- в открытом положении на полупальцах.

Дробь

- простой “ключ”;
- двойная дробь (на месте) одной ногой, с двух ног поочередно. Patorte (повороты стоп) из V поз лицом к станку в demi plie.

Перегибы корпуса:

- лицом к станку назад, в сторону;
- перегибы с переводом головы.

Экзерсис на середине зала. Работа рук (приглашение). Бытовой шаг с притопом. “Шаркающий шаг”

- каблуком по полу;
- полупальцами по полу. Переменный шаг:
- с притопом и продвижением вперед и назад;
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад. Девичий ход с переступанием. Припадания по III поз на месте и с продвижением. “Моталочка” в прямом положении
- на полупальцах;
- с акцентом на всей стопе. “Веревочка” из затакта и в такт.

“Ключ” - сложный с подскоком. Дробные движения

- простая дробь на месте;
- тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой, на месте и с продвижением вперед).

Итоговое занятие. Исполнение основных элементов народного сценического танца.

Сценическая практика

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	1

2. Балетная гимнастика	6
3. Сценическое движение	7
4. Подготовка концертных номеров	20
5. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

На втором году обучения продолжаем уделять внимание индивидуальным способностям обуч ающихся.

Для народно-
сценического и классического танца выделяется время на раздельные занятия с мальчиками и девочками.

По ритмике должен быть поставлен хотя бы один сценический концертный номер.

Классический танец выводить на сцену ещё рано, но при наличии способных обучающихся, м ожно поставить не сложный номер.

По народному танцу преподаватель решает сам, какой танец он сможет подготовить рабочий (учебный) или сценический. Иногда это выясняется только после окончания постановки танца.

Учебно-тематический план 3-го года обучения

Классический танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20
3. Экзерсис на середине зала	26
4. Allegro	20
5. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка.

Маленькие позы croise, effase, ecarte, II arabes gue. Battement tendu jete pigue из I и V позиции в о все направления. Battement tendu jete balansuar.Demi rond de jambe на 45о на всей стопе. Batte ment frappe носком в пол. Battement fondu носком в пол. Pas de bouree без перемены ног в стор оны. Rond de jambe en eair. Petit battement sur le cou-de-
pied. Battement developpe. Crand battement jete. Полуповороты в V позиции на двух ногах к ста нку от станка с переменой ног на полупальцах

- с вытянутых ног;
- с demi plie.

Battement soutenu носком в пол.

Экзерсис на середине зала.

Маленькая поза ecarte. Поза IV arabesgue. Crand plie по I, II, IV, V позициям. Demi rond de jamb e par terre. Pas tombe. Pas coupe. Temps lie par terre с перегибом корпуса. Pas de bouree ballotte н оском в пол.

Allegro Pas echappe в V позицию. Pas assemble с coupe шага. Pas glissade. Sissonne simple. Sisso nne jerme. Первоначально изучается без перемены ног. Pas chasse.

Итоговое занятие. Правила исполнения основных движений классического танца.

Современный танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20

3. Экзерсис на середине зала	20
3. Кросс	10
4. Прыжки	10
5. Вращения	6
6. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
4. Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plie.
5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
6. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.11
8. Arch по I, II параллельным и out позициям.
9. Stretch.
10. Lay out.
11. Relevé lent на 45 о лицом к станку во всех направлениях.
12. Grand battements на 90 о в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plie
7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deep body bend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.
13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

Кросс: Шаги: - pas de bourre, - pas chasse.

Прыжки: 12 - jump по I, II параллельным и out позициям, - hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции, - трамплинные прыжки.

Вращения**:** поворот на трех шагах.

Народный сценический танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Экзерсис у станка	10
3. Экзерсис на середине зала	15
4. Вращения	8
5. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

Второй год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы русского, марийского и вводятся элементы украинского и итальянского танцев.

Удмуртский танец «Ялыке».

Танец игрового характера. Исполняется весело, задорно. Девушки держатся очень скромно, юноши внимательны и учтивы. Юноши и девушки, встречаясь и расходясь в танце, приветствуют друг друга лёгким поклоном.

Марийский народный танец.

Танцы народа мари в литературных источниках встречаются не часто. Объясняется это тем, что почти все исследователи, особенно дореволюционные, в первую очередь стремились описать религиозно-
культовые обряды, происходившие в священных рощах и связанные с жертвоприношением. О танцах и танцевальных играх упоминали как о каком-
то мало значащем добавлении к молельным ритуалам, хотя поражали путешественников и исследователей своей яркостью и оригинальностью. Такое отношение к марийскому танцевальному искусству является совершенно не заслуженным, так как танцы народа мари очень интересны и самобытны.

Марийские народные танцы также древни, как и народные песни. В древних марийских танцах были элементы подражания птиц и животных.. Эти танцы и сегодня распространены в Малмыжском районе Кировской области.

Украинский народный танец.

Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа. Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор –
все это находит отражение в украинских народных танцах. Исполнение женских и мужских танцев различно. Женские –
лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Итальянский сценический танец «Тарантелла» (музыкальный размер 6/8)

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и четкой координации движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться разучиванием их в замедленном темпе, так как характер танца быстрый и жизнерадостный.

Сценическая практика

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Сценическое движение	3
3. Подготовка танцевальных номеров	30
4. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

На третьем году обучения начинается работа по созданию совместных концертных номеров с другими отделениями детской школы искусств, её можно назвать «домашней» сценической практикой.

Это участие в различных школьных мероприятиях: открытых уроках, тематических вечерах, концертах музыкантов и вокалистов. Хореография должна стать украшением и внести разнообразие в проводимые в школе мероприятия.

Учебно-тематический план 4-го года обучения

Классический танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20
3. Экзерсис на середине зала	26
4. Allegro	20
5. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка. Ускорение темпа движений, увеличение количества. Изучение новых дви жений только после тщательной проработки ранее выученных. Rond de jambe на 45о на полуп альцах. Battement frappe на 30о на всей стопе и на полупальцах. Battement fondu на 45о на всей стопе и на полупальцах. Battement double frappe. Battement soutenu на 45о, на 90о. Поза attitude . Battement releve lent на полупальцах. Battement developpe на полупальцах. III форма port de br as с ногой вытянутой вперед. Crand battement jete passe par terre. Полный поворот на двух нога х. Preparation к pirouette. V форма port de bras.

Экзерсис на середине зала. Battement fondu носком в пол и на 45о. Battement soutenu на 45о, н а 90о. Preporation для pirouette en dehors et en dedans с V, II, IV позиции. Temps lie на 90о. Pas c ouru. Das jete fondu. V форма port de bras. Crand battement jete.

Allegro. Pas echappe с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le coude-pied. Pas assemble с открыванием ноги вперед и назад (позы croise, effase). Pas assemble с прод вижением. Double assemble. Petit pas jete. Sissonne ouverte. Sissonne tombe en face. Pas glissade п о IV позиции.

Итоговое занятие. Знание терминологии движений.

Современный танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20
3. Экзерсис на середине зала	20
4. Кросс	10
5. Прыжки	10
6. Вращения	6
7. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.
2. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
3. Flat back вперед: - на полупальцах.
4. Постановка корпуса одной рукой за станок.
5. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.
6. Deep body bend с ногой на станке: - на plie.
7. Battement tendu: - на plie.
8. Battement tendu jeté: - положения flex/point стопы.
9. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
10. Relevé lent на 90 о лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
11. Grand battements на 90 о во всех направлениях лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).
2. Swing.

3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
4. Battement tendu: - на plie, - перевод рук из позиции в позицию во время движения.
5. Battement tendu jeté: - положения flex/point стопы, -
перевод рук из позиции в позицию во время движения.
6. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке –
en dehors и en dedans.
7. Relevé lent на 90 о во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
Кросс:
1. Шаги: - grand battements вперед на 90 о , - pas de bourre en tournent.
2. Прыжки: - jump: во время взлета arch торса, -
hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.
3. Вращения: -chaînés, -preparation к пируэта

Народный сценический танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Экзерсис у станка	10
3. Экзерсис на середине зала	15
4. Вращения	8
5. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

3й год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, тре буюших соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. С этого года актив нее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допус кается построение несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну. Начинается изучение элементов молдавского и польского народных танцев . На изучение каждого элемента по программе четвёртого класса и составления комбинаций у станка и на середине выделяется 3 академических часа в неделю.

Татарский танец с платками. (музыкальный размер 2/4)

Танцующие соревновались между собой в ловкости и мастерстве, девушка в танце, как п равило, скромна, застенчива, целомудренна, движения ее плавны, а юноша в танце задорен, го рд, мужественен, причем, руки девушки в танце идут либо от фартука -
необязательного, но желательного атрибута деревенского женского костюма, либо от платка. Сорвать платок с головы девушки - значит опозорить ее -
так считали в народе. Поэтому девушка в танце руками как бы предохраняет себя от возможн ого вторжения в «запретную зону». А в других случаях, она прикрывается платком, как бы от смущения. Одним словом, платок в танце постоянно обыгрывается. Она может придерживать его двумя руками или, держа руки, например, в левом направлении -
правую на уровне левого плеча перед собой, а левую на уровне головы с мягко повернутыми наружу кистями рук. Руки девушки в танце могут также варьироваться -
одна на фартуке (придерживать край фартука сбоку), а другая на платке (также взявшись за к рай) или - одна, тыльной стороной ладони на талии, а другая на фартуке и т.д.

Молдавский народный танец.

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темперамен том. Медленная «Хора», широкая «Молдовеняска» отражают труд, быт и характер людей. Эле менты молдавского танца –
подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и р итмическими рисунками –
помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выно сливость. В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине.

Польский сценический танец «Мазурка» (музыкальный размер 3/4)

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу «Мазурку». Хореографы прошлого и настоящего используют мазурку и её элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнером в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т.е. все то, что прививает учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

Сценическая практика

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Сценическое движение	3
3. Подготовка танцевальных номеров	30
4. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

На четвёртом году обучения начинается работа с солистами. Учитывая уровень подготовки и индивидуальность обучающихся, ставятся танцы для одного или двух-пяти исполнителей.
По возможности каждый обучающийся должен станцевать в сольном номере, хотя бы для «домашнего» просмотра.
Это поможет им проявить свою индивидуальность, артистизм в раскрытии образа, поверить в свои силы и испытать чувство ответственности за своё исполнительство. По каждой танцевальной дисциплине должен быть подготовлен хотя бы один коллективный концертный номер.

Учебно-тематический план 5-го года обучения

Классический танец

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20
3. Экзерсис на середине зала	26
4. Allegro	20
5. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка. Ранее пройденные движения исполняются в более сложных сочетаниях и с более сложными задачами. Движения уже пройденные включаются в различные сочетания.
Battement fondu с plie releve. Battement frappe u battement double frappe с plie – releve с окончанием в demi plie. Rond de jambe на 45о и на demi plie. Rond de jambe en l`air с окончанием в demi plie с plie releve. Petit temps releve en dehors, et en dedans. Demi rond de jambe developpe. Soutenu en tournant. Полуповорот en dehors et en dedans с ногой, вытянутой вперед или назад на 45о и с plie releve. Flik-flac. Crand battement jete passé. Малый pirouette en dehors et en dedans V и II позиции.

Экзерсис на середине зала.

VI форма port de bras. Demi rond de jambe developpe. Battement tendu en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 круга. Battement tendu jete en tournant. Rond de jambe par terre en tournant. Изучать сначала на 1/8 поворота с остановками в каждой точке.
Crand battement jete pointe, passé par terre. Soutenu en tournant. Pas glissade en tournant. Pas de bouree dessus – dessous.

Allegro.

Sissonne ouverte par developpe. Pas changment de pieds en tournant. Pas echappe en tournant. Coup e ballonne, pas ballonne. Temps leve в позе I и II arabesgues. Temps lie soute с продвижением. Peti t pas de chat.

Итоговое занятие. Открытое занятие.

Современный танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	2
2. Экзерсис у станка	20
3. Экзерсис на середине зала	20
4. Кросс	10
5. Прыжки	10
6. Вращения	6
7. Итоговое занятие	2

Всего: 70 часов

Содержание

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV out позиция.
2. Plie: - по IV out позиции, - в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
3. Flat back вперед: - прием plie – releve.
4. Passé по I out позиции на полупальцах.
5. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
6. Grand battements на 90 о во всех направлениях боком к станку.
7. Перегибы корпуса.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.
2. Flat back вперед: - прием plie – releve.
3. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.
4. Battement tendu: в координации с arch, contraction /release, спиралями в корпусе.
5. Battement tendu jeté: - положения flex/point колена и стопы, - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе. 6. Rond de jambe par terre: - на plie, - «восьмерка».
7. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

Кросс:

1. Шаги: - grand battements во всех направлениях на 90 о , - pas de bourre с preparation к пируэтам.
2. Прыжки: - jump: во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога открывается в сторону на 45 о ,15 - leap с трамплинным зависанием в воздухе.
3. Вращения: -chaînés на plie, на полной стопе, -пируэт en dehors, en dedans

Народный сценический танец

Темы	Общее количество часов
1. Вводное занятие	1
2. Экзерсис у станка	10
3. Экзерсис на середине зала	15
4. Вращения	8
5. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Увеличение элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Продолжается изучение элементов русского, молдавского и польского танцев. Изучение элементов венгерского и испанского танцев. К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции. На изучение каждого элемента по программе пятого класса и составления комбинаций у станка и на середине выделяется 3 академических часа в неделю.

Венгерский народный танец. (музыкальный размер 4/4)

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения. Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено – все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

Испанский сценический танец. (музыкальный размер 3/4)

Большинство танцевальных движений испанского сценического танца имеет народное происхождение. Но, пожалуй, ни один из национальных танцев не подвергся на сцене такой переработки в стиле классического танца, как испанский. Испанский танец делится на два типа: испанский классический танец и фламенко (в переводе – цыганский). Как бы то ни было, для всех испанских танцев характерна одна общая черта: исключительная страстность и зажигательность, которая ни кого не в силах оставить равнодушными.

Сценическая практика

Темы	**Общее количество часов**
1. Вводное занятие	1
2. Подготовка танцевальных номеров	33
2. Итоговое занятие	1

Всего: 35 часов

Содержание

На пятом году обучения начинается знакомство с дуэто-классическим танцем, не предусмотренным основной программой по классическому танцу. Основу обучения составляют партерные поддержки, воздушные поддержки - на усмотрение преподавателя.

Выпускники хореографического класса должны уметь не только хорошо танцевать, но и уметь самостоятельно сочинить и поставить танец. Активная концертная деятельность, участие в конкурсах.

Список литературы

1. Арзямова Г. В. Нравственно-эстетическое воспитание младших школьников средствами искусства. // Начальная школа.- 1982,- No 4.
2.Базарова Н.П. Классический танец. –Л.: Искусство, 1984.

3.Бекина С., Ломова Т. Музыка и движение. –
М.: Просвещение, 1983. 4.Ваганова А. Основы классического танца –Л.: Искусство, 1963.
5.Валукин Е.П.Мужской классический танец. –М., 1987.
6.Ванелов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии. -
М, 1972. 7.Введение в педагогическую профессию. –М.: Пед.общество России, 1999.
8.Воспитание в современной школе. –
М.: Ноосфера, 1999. 9.Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. -
М., 1980. 10. Голейзовский К. Жизнь и творчество.- М., 1984.
11.Жданов Л. Вступление в балет. –М.: Планета, 1986.
12.Захаров Р. Записки балетмейстера. –М.: Искусство, 1976.
13.Климов А. Основы русского народного танца. –
М.: МГИК, 1994. 14.Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. –
Л.: Искусство, 1976.
15.Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца.–
М., 1980. 16.Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. –С-
ПБ.: Гуманитарная академия, 2000.
17.Секрет танца /Сост. Т.К. Васильева. –С-Пб.: Диамант, Золотой век, 1997.
18.Смирнов И.В.Искусство балетмейстера. –
М.: Просвещение, 1986. 19.Степанова Л. Танцы народов России: Репертуарный сборник No 14. – М., 1973.
20.Уральская В.Поиски и решения. –
М.: Сов.Россия, 1973. 21.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. –М.: Искусство, 1985.
22.Юдина Е. И. Первые уроки музыки и творчества: Популярная библиотека для родителей и педагогов. – М.: «Аквариум ЛТД», 1999.