





Рассмотрено
Руководитель МО ПДО
 / А.Г. Васянова /
Протокол от 25.08. 2020 г. № 1

Согласовано
Заместитель директора по ВР
МБОУ «Лицей № 78 «Фарватер»
Приволжского района г.Казани
 / А.Г. Васянова /
«26» августа 2020г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Лицей № 78 «Фарватер»
Приволжского района г.Казани
 / А.Г. Урманчеева /
Приказ от 27.08. 2020 г. № 258



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования
«Театр моды «СЭНК»
МБОУ «Лицей №78 «Фарватер»
Приволжского района г. Казани

Корочкиной Елены Анатольевны
педагога дополнительного образования
2020-2021 учебный год

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
МБОУ «Лицей № 78 «Фарватер»
Приволжского района г.Казани
Протокол от 27.08.2020г. № 1

Пояснительная записка.

Направленность программы. Детский театр моды- это новое направление, которое родилось в учреждениях дополнительного образования. Занятия в них чрезвычайно актуальны и востребованы среди детей и молодежи.

Актуальность.

Одной из важных проблем, распространенных в нашем обществе среди молодежи — это равнодушие, отсутствие интересов. Они не отходят от компьютера, занимаясь компьютерными играми и днем, и ночью, остальное их не интересует. Кроме того, у молодых людей много комплексов. Они безынициативны, несамостоятельны, малообщительны, скованны, стеснительны вне виртуального мира. Чтобы преодолеть эти проблемы, нужно еще в дошкольном возрасте пробудить в детях какой-то интерес, развить самостоятельность, общительность, творческий потенциал, помочь преодолеть стеснительность, скованность. А самой благодатной почвой для этого является театр. В театре ребенок раскрывает все свои возможности, он чувствует себя не самим собой, а тем героем, которого играет. Поэтому у него пропадает стеснительность, скованность движений, исчезают все комплексы, которые у него есть.

Новизна

В дошкольном и младшем школьном возрасте дети подражательны, не самостоятельны, творчество проявляется незначительно. Дети повторяют за педагогом, за другими детьми рассказ, рисунок, образ. Данная программа направлена на развитие у детей самостоятельности в художественном творчестве, активности. Я хочу научить детей самому придумывать игры, сказки, рассказы, сценарии, по-своему передавать сценический образ. Не копировать чужое, а самому создавать, фантазировать. Программа способствует развитию наблюдательности у детей. Лишь наблюдая за поведением животных, людей, дети могут понять реальные чувства наблюдаемых, донести до зрителя эти чувства. Данная программа охватывает, кроме театральной и другие виды деятельности: познавательную, художественно-эстетическую, коммуникативную. Дети проявляют творчество и в изобразительной деятельности – самостоятельно выбирают материал для изготовления различных видов театров, по-своему изображают героев сказки, передавая в рисунке свое отношение к нему, каким он представляет, видит данного героя, передает в рисунке эпизоды рассказа, придуманные им самим. В коммуникативной деятельности дети высказывают свое собственное мнение: «Я считаю», «Я полагаю». Важно научить ребенка думать, размышлять, не бояться высказывать собственное мнение, отличное от мнения других.

Педагогическая целесообразность

Все виды занятий в процессе обучения должны быть тесно взаимосвязаны, дополнять друг друга и проводятся в течение всего учебного года.

Программой учитывается преемственность, межпредметная связь занятий, хореографии, музыки, физкультуры, актерского и модельного мастерства.

Для развития зрительной памяти, мышечной памяти, координации, пространственного ориентирования, следует каждый раз на занятии повторять основные упражнения.

Занятия хореографией помогают учащимся почувствовать через пластику тела окружающий мир, что обогащает духовное и развитие творческое начало.

Понимание музыкального ритма и характер музыкального произведения помогает детям правильно определить характер и ритм разучиваемых упражнений, танцевальных движений, верно распределить мышечную нагрузку.

Основной **целью программы** является обучение, развитие и воспитание у детей художественной культуры, эстетического вкуса и физического совершенства.

Для успешного достижения цели программой предусмотрено выполнение следующих **учебно-воспитательных задач**:

Предметные (развитие и укрепление костно-мышечного аппарата, развитие дыхания, формирование правильной осанки, походки, грацию движения и даже исправление недостатков фигуры физическими упражнениями(например : Сколиоз, косолапость и другие.))

Метапредметные (ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональная выразительность.)

Личностные (научить детей создавать свой образ, свое настроение, а так как занятие проходит в коллективе, то воспитать навыки общения и чувство коллектива.)

Возраст обучающихся – 1-ая группа - 7-9 лет, 2-ая группа - 10-13 лет

Сроки реализации. Программа рассчитана на 1 год обучения и состоит из 3 разделов:

I раздел - основы хореографии (2 часа в неделю, 72 часа в год);

II раздел- техника походки (1 час в неделю, 36 часов в год);

III раздел - постановка схем коллекций (1 час в неделю, 36 часов в год)

Формы и методы занятий.

- учебно-практические занятия в учебной аудитории;
- итоговые занятия;
- мастер-классы;
- экскурсии;
- конкурсы разных уровней,
- выступления и концерты,
- фестивали.

Режим занятий:

1 год обучения (1-ая группа) – 144 часа в год, 2 часа в неделю, 2 раза в неделю

2 год обучения (2-ая группа) – 144 часов в год, 2 часа в неделю, 2 раза в неделю

Ожидаемые результаты 1-ого года обучения:

К концу года учащиеся должны знать:

- Ритмы музыкальных произведений.
- Фразовое и тактовое деление музыкальных произведений.
- Понятия: музыкальная фраза, темп.
- Способы движения в пространстве.
- Основные положения тела на подиуме.
- Танцевальные элементы.

К концу года учащиеся должны уметь

- Слушать и анализировать музыкальные фрагменты.
- Оперировать музыкальными понятиями.
- Строить рисунки в пространстве.
- Выполнять основные элементы положения тела
- Выполнять простые танцевальные комбинации.

Обучающиеся должны быть готовы к участию в демонстрации коллекций Театра моды. В качестве итога показывают свою версию демонстрации любой модели в сопровождении музыки на подиуме.

Ожидаемые результаты 2-ого года обучения:

Ученик будет обладать:

- сформированным художественным вкусом, образным мышлением и фантазией,
- знаниями в области культуры одежды и в области технологической культуры и технологического образования,
- знаниями и умениями в области информационной и коммуникативной культуры;
- устойчивым стремлением к самосовершенствованию и к творческой самореализации;
- пониманием сущности и социальной значимости предполагаемых будущих профессий, определенных программой;

Ученик будет готов:

- к проявлению ответственности за выполняемую работу;
- к взаимодействию и сотрудничеству с педагогами и обучающимися;
- участвовать в различных социокультурных программах и образовательных проектах, к выступлению с показом коллекций на различных площадках.

Учебно-тематический план занятий

«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»

Первый год обучения (два часа в неделю) (1-ая группа)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Музыкальная грамотность	4	1	3
3.	Азбука хореографии	16	2	14
4.	Ритмика	17	1	16
5.	Партер	16	1	15
6.	Танцевальные элементы	16	2	14
7.	Контрольные занятия	2	-	2
	Итого:	72	8	64

Название раздела	Кол-во часов	Содержание занятия		Формы организации и виды деятельности
		Тема урока	Содержание урока	
Вводное занятие	1 ч	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности, знакомство с учащимися, определение целей и задач	Фронтальная, индивидуальная. Беседа

Музыкальная грамотность	4 ч	Сильная и слабая доля такта	Определение сильной и слабой доли такта; понятие « музыкальная фраза»; понятие темп, ритм.	Фронтальная, индивидуальная. Беседа, практическое занятие
		Слушание музыки	«марш», «вальс», «полька». Подбираются произведения контрастные по темповому содержанию : «марш»-умеренный, «Вальс»-плавный, медленный, «полька»- быстрый.	Фронтальная, индивидуальная. Беседа
		Прослушивание музыки	Ученики слушают «марш» 2/4 и определяют сильную долю, обозначая её хлопком. Каждое новое музыкальное произведение «прохлопывается».	Фронтальная, индивидуальная. Беседа, практическое занятие
		Прослушивание музыки, ее анализ.	учащиеся должны по заданию учителя хлопать на «2» и «4» и т.д. С помощью шумовых инструментов (ложки у мальчиков, бубны у девочек) дети как «оркестр» исполняют определённый ритмический рисунок.	Фронтальная, индивидуальная. Беседа, практическое занятие
Азбука хореографии	16 ч	Позиции ног	1 полувыворотная позиция ног: пятки вместе, носки развернуты; 4 позиция: носки и пятки соединены;	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Позиции ног	2 позиция: стопы ног стоят параллельно на небольшом расстоянии друг от друга (параллельная позиция) или носки развернуты (полувыворотная)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Подъем рук через стороны вверх и опускание вниз; -то же, с вращением кистей в одну и другую сторону	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	вращение рук в локтевом суставе; -подъем и опускание плеч (поочередно – правого, левого и синхронно обоих);	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Круговое движение плечами вперед и назад	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Наклоны с поднятыми вверх руками справа налево и обратно с постепенным увеличением и уменьшением амплитуды движения (« раскачивание ветвей при сильном и слабом ветре»); в то же, с добавлением движений	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

			корпуса («раскачивание стволов деревьев»)	
		Подготовительные упражнения	Движение рук «волна»; -повороты головы направо, налево	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	наклоны головы вправо, влево, вперед и назад; -простые бытовые шаги на каждую четверть	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги на полупальцах; -шаги с вытянутого носка	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги на пятках; -сочетание шагов на пятках и носках	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»); -подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по 6 позиции	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Приседания и выпрямления ног по первой и второй позициям; -перенос веса тела с одной ноги на другую	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	упражнение на развороты стоп шестой позиции в первую(полувыворотную) по очередно правой и левой, затем одновременно двух стоп	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Упражнение на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по шестой позиции. -сгибание ноги с отведением голени назад	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаг в сторону с приставкой (раз-два), два хлопка(три-четыре); Шаг вперед с приставкой(раз-два), два хлопка (три четыре); Шаг в сторону и точка-удар носком об пол без переноса веса тела(раз-два);	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой (раз-два); Три шага в сторону и кик (раз- два – три – четыре)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Ритмика	17 ч	Общеразвивающие упражнения в положении стоя	упражнения для рук и плечевого пояса в различных направлениях (поднимание и опускание, сгибание и разгибание, дуги и круги)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
			упражнения для туловища и шеи (наклоны и	Фронтальная, индивидуальная.

			повороты, движения по дуге и вперед)	Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении стоя	упражнения для ног (поднимание и опускание, сгибание и разгибание в разных суставах, полуприседы, выпады, перемещение центра тяжести тела с ноги на ногу)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнения для стоп (поочередные и одновременные сгибания и разгибания, круговые движения)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнения для ног в положении лежа и в упоре на коленях(сгибая и разгибая, поднимание и опускание, махи)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнение для мышц живота в положении лежа на спине(поднимание плеч и лопаток, то же с поворотом туловища, поднимание ног согнутых или разгибанием)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнение для мышц спины в положении лежа на животе и в упоре на коленях (небольшая амплитуда поднимания рук, ног или одновременных движений руками и ногами с «вытягиванием» в длину).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	размахивая руками (кисти в кулаках, пальцы врозь и т.д.) -сочетание ходьбы на месте с различными движениями руками(одновременными и последовательными, симметричными и несимметричными)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	ходьба с хлопками; -ходьба с продвижением (вперед, назад, по диагонали, по дуге, по кругу)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	основные шаги и их разновидности, используемые в аэробике. Бег- возможны такие же варианты движений, как и при ходьбе.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подскоки и прыжки	на двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

			в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны	
		Подскоки и прыжки	с переменной положения ног : в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подскоки и прыжки	сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по кругу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по 2 человек в колонну	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по воображаемому подиуму	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Партер	16 ч	Универсальная разминка	Универсальная разминка	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Растяжка мышц	Растяжка мышц по технологии «стрейч» Г. М. Абрамова	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений, сидя на полу (стопы, подколенные мышцы, колени, «радуга», «угол»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений, лежа на спине (движения на укрепление мышц живота, перекачивание вперед-назад, сложившись, «березка»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений лежа на животе: движения на укрепление мышц спины, гибкость (змея, корзиночка, колечко)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Мостик (из положения лёжа, сидя) и т. д.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку («неваляшка», «бабочка», «узел» «лягушка»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Шпагаты (подготовительные упражнения к поперечному и продольному шпагатам)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Упражнения на осанку	Упражнения на осанку	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Прыжковые упражнения	Прыжковые упражнения	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Колесо	Колесо, колесо на одной руке, колесо с разбега, рандат, рандат с разбега.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Общий комплекс упражнений на все группы мышц.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на укрепление мышц спины.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Общий комплекс упражнений на все группы мышц	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Танцевальные элементы	16 ч	Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Риллио»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Риллио»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Риллио»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Риллио»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Риллио»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		детского репертуара		
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Белорусская веселуха»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Танец маленьких утят»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Танец маленьких утят»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Танец маленьких утят»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Танец маленьких утят»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Танец маленьких утят»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Контрольное занятие	2 ч	Контрольное занятие	Контрольный урок	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Контрольное занятие	Контрольный урок	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

Учебно-тематический план занятий

«ТЕХНИКА ПОХОДКИ»

Первый год обучения (один час в неделю) (1-ая группа)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Основной подиумный шаг	16	2	14
3.	Распределение сценического пространства	4	1	3
4.	Позиции ног на подиуме	4	1	3
5.	Дефиле	10	2	8
6.	Контрольный урок	1	-	1
	Итого:	36	7	29

Название раздела	Кол-во часов	Содержание занятия		Формы организации и виды деятельности
		Тема урока	Содержание урока	
Вводное занятие	1 ч	Вводное занятие	Определение целей и задач обучения	Фронтальная, индивидуальная. Беседа
Основной подиумный шаг	16 ч	Беседа «Основной подиумный шаг»	Дефилировать- (дословный перевод с французского) торжественно проходить, шествовать. Современное понятие «дефиле» - это свободное движение по подиуму на основе музыки одного человека.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие, беседа
		Позиция на подиуме	«Основная» - правая нога стоит впереди на половину стопы левой ноги, носок смотрит прямо, колено согнуто. Тяжесть корпуса на левой ноге. Такая же позиция может быть и с левой ноги.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Позиция на подиуме	«Вторая» - ноги стоят на ширине плеч, тяжесть корпуса правой ноге и носок правой ноги смотрит прямо, носок левой ноги смотрит в сторону.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Позиция на подиуме	«Откачка» - выпад на правую или левую ногу с выносом бедра и переносом тяжести корпуса. «Откачка» может выполняться лицом, боком и спиной к зрителю.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Повороты	Существуют повороты на 90, 180 и 360. Все повороты выполняются при «мягких» коленях, низких полупальцах и с переносом тяжести корпуса на одну из ног.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Повороты	Поворот на 90: корпус стоит пол оборота к зрителю правым плечом, ноги во «второй» позиции. Поворачиваясь на низких полупальцах меняем ракурс и поворачиваемся левым боком к зрителю, тяжесть корпуса на левую ногу.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Повороты	Поворот на 180: стоя в основной позиции (правая нога впереди) лицом к зрителю исполняем поворот через левое плечо на низких полупальцах остаемся спиной к зрителю(левая нога впереди)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Движения манекенщиц	Просмотр видеозаписи движения манекенщиц. Наблюдение за походками учащихся. Анализ. Изображение разнообразных походок людей в импровизации. Демонстрация походок. Пластические этюды на изображение походок: походка и возраст; походка и настроение; походка и груз. Сравнение с обычной ходьбой под музыку, с хлопками и без. Отработка упражнений	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Виды основного шага	Основной шаг с выносом ноги из-за такта, без поворота. Поворот на полупальцах с переносом тяжести на другую ногу на 180	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Линия шага	Линия движения : интервал, распределение пространства. Согласованность движений, одновременность поворотов.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Линия шага	Две линии движения : интервал, согласованность, распределение пространства.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основной шаг	Демонстрация основного шага и его отработка. Определение размера. Размер шагов. Движение основным шагом по одному.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основной шаг	Отработка движений одной линией без музыки и на музыке. Отработка движения основным шагом в 2 линии по 3 человека навстречу друг другу Шаг- поворот на 180.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основной шаг	Движение до середины с плавным поворотом на 4-й шаг на 180 по одному с рукой. Вариант шага-поворота : с «общением» друг с другом. Вариант шага поворота с перекрещением рук.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Отработка шага	Отработка шага, положение рук, головы без музыки и под музык по одному, линией и в 2 линии навстречу друг другу.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Распределение сценического пространства	4 ч	Распределение пространства	Распределение пространства на подиуме, на сцене	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Распределение пространства	Распределение пространства на подиуме, на сцене	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Распределение пространства	Распределение пространства на подиуме, на сцене	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Распределение пространства	Распределение пространства на подиуме, на сцене	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Позиции ног на подиуме	4 ч	Основные позиции на подиуме	Основные позиции на подиуме	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основные позиции на подиуме	«Основная» - правая нога стоит впереди на половину стопы левой ноги, носок смотрит прямо, колено согнуто. Тяжесть корпуса на левой ноге. Такая же позиция может быть и с левой ноги.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основные позиции на подиуме	«Вторая» - ноги стоят на ширине плеч, тяжесть корпуса правой ноге и носок правой ноги смотрит прямо, носок левой ноги смотрит в сторону.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Основные позиции на подиуме	«Откачка» - выпад на правую или левую ногу с выносом бедра и переносом тяжести корпуса. «Откачка» может исполняться лицом, боком и спиной к зрителю.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Дефиле	10 ч	Дефиле	Отработка шага, положение рук, головы без музыки и под музык по одному, линией и в 2 линии навстречу друг другу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Отработка шага, положение рук, головы без музыки и под музык по одному, линией и в 2 линии навстречу друг другу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Демонстрация основного шага и его отработка.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Дефиле	Отработка шага, положение рук, головы без музыки и под музык по одному, линией и в 2 линии навстречу друг другу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Вариант шага-поворота : с «общением» друг с другом. Вариант шага поворота с перекрещением рук.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Вариант шага-поворота : с «общением» друг с другом. Вариант шага поворота с перекрещением рук.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Вариант шага-поворота : с «общением» друг с другом. Вариант шага поворота с перекрещением рук.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Демонстрация основного шага и его отработка. Определение размера.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Демонстрация основного шага и его отработка. Определение размера.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Дефиле	Демонстрация основного шага и его отработка. Определение размера.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Контрольный урок	1 ч	Контрольный урок	Контрольное занятие	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

Учебно-тематический план занятий
«ПОСТАНОВКА СХЕМ КОЛЛЕКЦИЙ»

Первый год обучения (один час в неделю) (1 –ая группа)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Постановка схем коллекций	14	2	12

3.	Репетиционная работа	10	1	9
4.	Сценическая практика	4	-	4
5.	Актерское мастерство	6	2	4
6.	Контрольный урок	1	-	1
	Итого:	36	6	30

Название раздела	Кол-во часов	Содержание занятия		Формы организации и виды деятельности
		Тема урока	Содержание урока	
Вводное занятие	1 ч	Вводное занятие	Определение целей и задач обучения	Фронтальная, индивидуальная. Беседа
Постановка схем коллекций	14 ч	Движение по подиуму	Движение манекенщиц по подиуму в разных направлениях парами	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие, беседа
			Движения манекенщиц по подиуму в разных направлениях парами, тройками и другие варианты называется «схемой»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие, беседа
		Схемы коллекций	Движение одной колонной и не доходя до края подиума (1 метр) участницы исполняют поворот направо и налево(через одного) образуя две колонны	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Движение одной колонной и не доходя до края подиума (1 метр) участницы исполняют поворот направо и налево(через одного) образуя две колонны	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Движение одной колонной и не доходя до края подиума (1 метр) участницы исполняют поворот направо и налево(через одного) образуя две колонны	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Движение в двух колоннах и не доходя до края подиума собираются в одну колонну (через одного).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Движение в двух колоннах и не доходя до края подиума собираются в одну колонну (через одного).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Схемы коллекций	Движение в двух колоннах и не доходя до края подиума собирается в одну колонну (через одного).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Движение в двух колоннах и не доходя до края подиума собирается в одну колонну (через одного).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Синхронность движений по 2,3,4 человека. Работа линией навстречу друг другу.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Синхронность движений по 2,3,4 человека. Работа линией навстречу друг другу.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Выпад в сторону. Выпад в сторону без руки и с рукой из основной позиции	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Выпад в сторону. Выпад в сторону без руки и с рукой из основной позиции	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Рука на бедро или в сторону. Вариант с перекатом.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Репетиционная работа	10 ч	Репетиция	Репетиция подиумного шага	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага с поворотами на 180	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага с поворота на 360	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага по кругу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция «откачек» в сторону	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция «откачек» в сторону	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция откачек в сторону	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Репетиция	Репетиция подиумного шага со всеми элементами	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

Сценическая практика	4 ч	Виды сцен	Беседа и показ видео-фрагмента выступления на подиуме профессионалов	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Виды сцен	Анализ и беседа о виде сцен, их сравнение. Различие и сходство	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ориентир на сцене	Беседа на тему «Ориентирование модели на сцене (подиуме)»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Схемы коллекций	Обсуждение схем коллекций по видеоролику, анализ.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Актерское мастерство	6 ч	Актерское мастерство	Беседа на тему «Актерское мастерство»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Театрализованные игры	«Хохотушки»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Театрализованные игры	«Веселушки»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Театрализованные игры	«Актеры и актрисы»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Театрализованные игры	«Актеры и актрисы»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Театрализованные игры	«Модель»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Контрольный урок	1 ч	Контрольный урок	Контрольное занятие	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

Учебно-тематический план занятий

«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»

Первый год обучения (два часа в неделю) (2-ая группа)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Музыкальная грамотность	4	1	3
3.	Азбука хореографии	16	2	14
4.	Ритмика	17	1	16
5.	Партер	16	1	15
6.	Танцевальные элементы	16	2	14
7.	Контрольные занятия	2	-	2

	Итого:	72	8	64
--	--------	----	---	----

Название раздела	Кол-во часов	Содержание занятия		Формы организации и виды деятельности
		Тема урока	Содержание урока	
Вводное занятие	1 ч	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности, знакомство с учащимися, определение целей и задач	Фронтальная, индивидуальная. Беседа
Музыкальная грамотность	4 ч	Сильная и слабая доля такта	Определение сильной и слабой доли такта; понятие « музыкальная фраза»; понятие темп, ритм.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Слушание музыки	«марш», «вальс», «полька». Подбираются произведения контрастные по темповому содержанию : «марш»-умеренный, «Вальс»- плавный, медленный, «полька»- быстрый.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Прослушивание музыки	Ученики слушают «марш» 2/4 и определяют сильную долю, обозначая её хлопком. Каждое новое музыкальное произведение «прохлопывается».	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Прослушивание музыки, ее анализ.	учащиеся должны по заданию учителя хлопать на «2» и «4» и т.д. С помощью шумовых инструментов (ложки у мальчиков, бубны у девочек) дети как «оркестр» исполняют определённый ритмический рисунок.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Азбука хореографии	16 ч	Позиции ног	1 полувыворотная позиция ног: пятки вместе, носки развернуты; 4 позиция: носки и пятки соединены;	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Позиции ног	2 позиция: стопы ног стоят параллельно на небольшом расстоянии друг от друга (параллельная позиция) или носки развернуты (полувыворотная)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Подъем рук через стороны вверх и опускание вниз; -то же, с вращением кистей в одну и другую сторону	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	вращение рук в локтевом суставе; -подъем и опускание плеч (поочередно – правого, левого и синхронно обоих);	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Круговое движение плечами вперед и назад	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Наклоны с поднятыми вверх руками справа налево и обратно с постепенным увеличением и уменьшением	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

			амплитуды движения (« раскачивание ветвей при сильном и слабом ветре»); в то же, с добавлением движений корпуса («раскачивание стволов деревьев»)	
		Подготовительные упражнения	Движение рук «волна»; -повороты головы направо, налево	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	наклоны головы вправо, влево, вперед и назад; -простые бытовые шаги на каждую четверть	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги на полупальцах; -шаги с вытянутого носка	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги на пятках; -сочетание шагов на пятках и носках	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»); -подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по 6 позиции	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Приседания и выпрямления ног по первой и второй позициям; -перенос веса тела с одной ноги на другую	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	упражнение на развороты стоп шестой позиции в первую(полувыворотную) по очередно правой и левой, затем одновременно двух стоп	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Упражнение на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по шестой позиции. -сгибание ноги с отведением голени назад	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаг в сторону с приставкой (раз-два), два хлопка(три-четыре); Шаг вперед с приставкой(раз-два), два хлопка (три четыре); Шаг в сторону и точка-удар носком об пол без переноса веса тела(раз-два);	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подготовительные упражнения	Шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой (раз-два); Три шага в сторону и кик (раз- два – три – четыре)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Ритмика	17 ч	Общеразвивающие упражнения в положении стоя	Упражнения для рук и плечевого пояса в разных направлениях (поднимание и опускание, сгибание и разгибание, дуги и круги)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
			упражнения для туловища и шеи (наклоны и повороты,	Фронтальная, индивидуальная.

			движения по дуге и вперед)	Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении стоя	упражнения для ног (поднимание и опускание, сгибание и разгибание в разных суставах, полуприседы, выпады, перемещение центра тяжести тела с ноги на ногу)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнения для стоп (поочередные и одновременные сгибания и разгибания, круговые движения)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнения для ног в положении лежа и в упоре на коленях(сгибая и разгибая, поднимание и опускание, махи)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнение для мышц живота в положении лежа на спине(поднимание плеч и лопаток, то же с поворотом туловища, поднимание ног согнутых или разгибанием)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа	упражнение для мышц спины в положении лежа на животе и в упоре на коленях (небольшая амплитуда поднимания рук, ног или одновременных движений руками и ногами с «вытягиванием» в длину).	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	размахивая руками (кисти в кулаках, пальцы врозь и т.д.) -сочетание ходьбы на месте с различными движениями руками(одновременными и последовательными, симметричными и несимметричными)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	ходьба с хлопками; -ходьба с продвижением (вперед, назад, по диагонали, по дуге, по кругу)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	основные шаги и их разновидности, используемые в аэробике. Бег- возможны такие же варианты движений, как и при ходьбе.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подскоки и прыжки	на двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие

		Подскоки и прыжки	с переменной положения ног : в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Подскоки и прыжки	сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по кругу	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по 2 человек в колонну	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Ходьба	Отработка техники ходьбы по воображаемому подиуму	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Партер	16 ч	Универсальная разминка	Универсальная разминка	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Растяжка мышц	Растяжка мышц по технологии «стрейч» Г. М. Абрамова	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений, сидя на полу (стопы, подколенные мышцы, колени, «радуга», «угол»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений, лежа на спине (движения на укрепление мышц живота, перекачивание вперед-назад, сложившись, «березка»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений лежа на животе: движения на укрепление мышц спины, гибкость (змея, корзиночка, колечко)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Мостик (из положения лёжа, сидя) и т. д.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку («неваляшка», «бабочка», «узел» «лягушка»)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Шпагаты (подготовительные упражнения к поперечному и продольному шпагатам)	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Упражнения на осанку	Упражнения на осанку	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Прыжковые упражнения	Прыжковые упражнения	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Колесо	Колесо, колесо на одной руке, колесо с разбега, рандат, рандат с разбега.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Общий комплекс упражнений на все группы мышц.	Фронтальная, индивидуальная.

				Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на укрепление мышц спины.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Комплекс упражнений на растяжку.	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Комплекс упражнений	Общий комплекс упражнений на все группы мышц	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Танцевальные элементы	16 ч	Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Латина»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Латина»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Латина»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Латина»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	движения танца «Рок-н-ролл»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Рок-н-ролл»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Рок-н-ролл»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Рок-н-ролл»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Рок-н-ролл»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная.

		элементы и движения детского репертуара		Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Танцевальные элементы и движения детского репертуара	«Хип-хоп»	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
Контрольное занятие	2 ч	Контрольное занятие	Контрольный урок	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие
		Контрольное занятие	Контрольный урок	Фронтальная, индивидуальная. Практическое занятие