

Рассмотрено Педагогическим советом

МБУ ДО «АДШИ»

Протокол №6 от «31» августа 2016г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «Атнинская ДШИ»


_____ А.Р. Абдуллина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»
(срок обучения 5 лет)**

село Большая Атня
2016 г

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Модель выпускника
3. Первая ступень
4. Ритмика и танец
5. Гимнастика
6. Вторая ступень
7. Классический танец
8. Народно-сценический танец
9. Историко-бытовой и бальный танец
10. Эстрадный танец

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография, являясь ведущим пластическим искусством и используя в качестве творческого материала человеческое тело, организует его движение по законам музыкальной гармонии и предоставляет уникальные возможности развития. Организуя физические движения по законам музыкальной гармонии, хореография организует по тем же законам психические функции личности в силу их физической иерархичности.

Государственные требования к образованию нацеливают на поиски новых путей обновления содержания и форм обучения, как средства развития познавательной мотивации, способностей ребенка, приобщения его в процессе совместной деятельности к общечеловеческим ценностям, возведению базиса личностной культуры, формированию гражданских качеств.

Особенности хореографического искусства – массовость, зрелищность – дают ряд возможностей, как в развивающе-эстетическом воспитании детей, так и в организации их досуга. Привлекая детей и подростков к танцевальному движению, мы решаем одну из острых социальных проблем общества. Занятия хореографией требуют максимальной отдачи сил, поэтому они исключают возможность пребывания ребенка на улице и, следовательно, является одной из форм профилактики асоциального дelinквентного поведения.

Данная программа составлена на основе примерной образовательной программы для хореографических отделений детских музыкальных школ и школ искусств, утверждённой Министерством культуры Республики Татарстан в 2002 году. Поскольку типовая программа недостаточно отражает современные требования дополнительного образования, возникла необходимость в создании новой многоуровневой комплексной программы по хореографии.

Программа состоит из двух частей: в первой упор сделан на развивающее обучение, во второй части предусмотрено предпрофессиональное образование. Программа по хореографии в данное время реализуется на базе Актинской детской школы с детьми 7-16 лет.

Связующая цель двухступенчатого обучения: *формирование социальной и познавательной мотивации специальных умений и навыков у детей, посредством вовлечения в творческую деятельность.*

Основные задачи:

- способствовать формированию умений и навыков танцевального мастерства через коллективно-творческую деятельность и индивидуальные занятия;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию учащихся посредством восприятия различных видов искусств (музыка, театр, литература, фольклор), посещения выставок, спектаклей, концертов, шоу-программ;
- создать условия для физического совершенствования, воспитания художественного вкуса, познание национальной танцевальной культуры,
- пропагандировать деятельность ДШИ через привлечение учащихся, творческие показы, участие в концертах и конкурсах различного уровня.

Полиный курс обучения состоит из двух ступеней.

Первая ступень – обучение детей 5-6 лет.

Основная цель: **формирование личности учащихся, через выявление способностей, посредством занятий танцевальным творчеством.**

Основные задачи:

- способствовать развитию творческих умений и навыков детей;
- создать условия для развития у обучающихся потребности в самопознании и самосовершенствовании;
- сформировать нравственное отношение к окружающему миру, чувство сопричастности к его явлениям.

Программа рассчитана также на 2 года, занятия ведутся 2 раза в неделю по 2,5 часа. Обучение ведётся по трём дисциплинам: Ритмика, Слушание музыки и музыкальная грамота, Гимнастика.

Вторая ступень обучения рассчитана на группу учащихся от 7 до 15 лет. Полный курс – 5 лет, занятия проводятся 4 раза в неделю по 2,5-3 часа. Обучение ведётся по шести дисциплинам: Классический танец, Народно-сценический танец, Историко-бытовой и балетный танец, Беседы о хореографическом искусстве, Слушание музыки и музыкальная грамота, История костюма, Татарский танец, Гимнастика так же предусмотрены постановочные часы на группу и творческие часы для работы с учащимися индивидуально или в малых группах.

Основной целью на этом этапе обучения является: **развитие творческих умений и навыков детей средствами хореографического искусства, организация их досуга путем вовлечения в конкурсную и концертную деятельность.**

Задачи:

- обучить основам профессиональных знаний танцора, навыкам хореографического искусства;
- создать условия для процесса самопознания и саморазвития с целью максимального раскрытия творческих возможностей;
- способствовать формированию коммуникативных навыков через коллективно-творческую деятельность;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

Вне зависимости от этапа обучения дети объединяются в основные учебные и творческие группы по 10 человек. Основные формы проведения занятий с учениками первой ступени – игра и тренировка. На занятиях с обучающимися 2 ступени используются тренировочные и репетиционные формы работы.

Данная двухступенчатая программа предполагает обучение посредством групповых технологий: взаимное обогащение учащихся в группе, организацию совместных действий, ведущую к активизации учебно-познавательных процессов, распределение начальных действий и операций, коммуникации, обмен способами действия, взаимопомощи.

При групповой форме работы в значительной степени возрастает и индивидуальная помощь нуждающемуся в ней ученику, как со стороны педагога, так и своих товарищей, поскольку его знания актуализируются, приобретают гибкость, закрепляются именно при объяснении.

В конце курса обучения детям вручаются свидетельства об окончании учреждения дополнительного образования по специальности «Хореографическое творчество».

Свидетельство выдается в том случае, если выпускник владеет определенными знаниями, умениями и навыками, что выясняется посредством экзамена.

Модель выпускника отделения хореографического искусства.

Модель выпускника

Сферы духовно-нравственного и профессионального самоопределения						
Сфера экологического самоопределения	Сфера эстетического самоопределения	Сфера гражданского самоопределения	Сфера ценностного самоопределения	Сфера поведенческого самоопределения	Сфера здоровьесберегающего самоопределения	Сфера профессионального самоопределения
<p>Я берегу землю. Я берегу растения. Я берегу животных. Я берегу природу. Я стремлюсь сохранить природу в повседневной жизнедеятельности и труде. Я помогаю природе.</p>	<p>Я обладаю эстетическим сознанием. Я имею вкус, интерес, эстетический идеал. Я вижу прекрасное вокруг себя и ценю его. Я способен на создание эстетических ценностей (произведений искусства). Я стремлюсь к гармонии и совершенству. Я посещаю культурные центры. Я аккуратен и опрятен.</p>	<p>Я умею критически осмысливать явления общественной жизни. Я знаю о различных формах политической и экономической жизни общества. Я знаю свои права и обязанности и умею их выполнять. Я соблюдаю законы. У меня есть потребность в служении отечеству и народу. Я следую нормам и правилам.</p>	<p>Я знаю одобряемые обществом правила и нормы и умею их выполнять. Я понимаю, что такое зло, добро, истина и т. д. Я умею принимать решение при нравственном выборе. Я добр по отношению к другим людям. Я ответственно отношусь к учебе и труду. У меня есть потребность отстаивать свои взгляды и убеждения. Я осознанно соблюдаю права и обязанности. Я понимаю духовно-нравственные ценности человека.</p>	<p>Я умею жить с другими людьми. Я знаю основы общения и умею общаться с людьми. Я обладаю чувством меры в общении. Я умею приветствовать. Я коммуникативен (культура речи). Я умею контролировать себя. Я имею свой стиль, имидж. Я самостоятелен. Я занимаюсь регулярно без пропусков. Я стараюсь на занятиях. Я внимателен. Я выполняю правила работы. Я выполняю и соблюдаю правила школы. Я участвую в делах ансамбля. Я соблюдаю культуру поведения. Я управляю собой, своим поведением. Я ответственно отношусь к учебе и труду. Я внимателен к собеседнику.</p>	<p>Я умею выстроить свой режим. Я физически активен. Я умею выполнять санитарно-гигиенические правила. Я веду здоровый образ жизни. Я сохраняю своё здоровье и забочусь о нём. Я умею правильно распределить время занятий и отдыха. У меня нет вредных привычек. Я отрицательно отношусь к вредным привычкам.</p>	<p>Я люблю заниматься в школе хореографии. Я делаю все аккуратно и красиво. Я выполняю правила работы. Я знаю правила поведения в трудовой и профессиональной деятельности и умею их выполнять. Я знаю правила по технике безопасности и умею их выполнять. Я умею работать в коллективе. Я готов к сознательному выбору профессии. Я люблю выступать на сцене.</p>
Я - концепция						

Первая ступень

Ритмика и танец

Хореография предоставляет уникальные возможности, являясь ведущим пластическим искусством и используя в качестве творческого материала человеческое тело, организует его движение по законам музыкальной гармонии. Организуя физические движения по законам музыкальной гармонии, хореография организует по тем же законам психические функции личности в силу их физической неразрывности.

Программа по ритмике и танцу на первой ступени рассчитана на два года обучения для детей 5-7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Цель занятий: – *дать ученику основы музыкально-двигательной культуры, основы работы мышц, развить гибкость, эластичность связок, основы координации движений.*

Задачи:

- способствовать развитию выразительности, координации и ритма движений;
- обучить основным двигательным качествам, необходимым для занятий классическим и народным танцем;
- воспитывать эстетический вкус, культуру поведения;
- обучить различать в музыке динамические оттенки, анализировать характер музыкального произведения.

Учебно-тематический план

I год обучения.

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5
2.	Элементы музыкальной грамоты.	10	2	8
3.	Элементы классического, народного и балетного танцев	40	5	35
4.	Построения и перестроения.	10	2	8
5.	Музыкально-пространственные композиции.	20	3	17
6.	Активизация и развитие творческих способностей	15	3	12
7.	Элементы партерной гимнастики	47	6	41
8.	Итоговое занятие.	1		1
	Итого	144	21,5	122,5

II год обучения.

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5
2.	Элементы музыкальной грамоты.	10	2	8
3.	Элементы классического, народного и балетного танцев	62	8	54
4.	Построения и перестроения.	10	2	8
5.	Музыкально-пространственные композиции.	15	2	13
6.	Активизация и развитие творческих способностей	15	2	13
7.	Элементы партерной гимнастики	30	5	25
8.	Итоговое занятие.	1		1
	Итого	144	21,5	122,5

Содержание программы I год обучения

№	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила поведения в танцевальном зале. Правила этикета.	
2.	Элементы музыкальной грамоты.	Музыкальный язык. Музыкальные термины. Упражнения «Регулировка движений», «В походе», «Внимание, музыка»	Изучение движений в различных темпах, с различной силой и амплитудой. Изучение движений в ритме марша.
3.	Элементы классического, народного и балетного танца	Позиции ног, рук, выножки, полупальцы, полуприседание.	Бытовой шаг, шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком, боковой подскок (галоп), шаг польки. I, II, III, (полувыворотные), I, II прямая позиция ног. I, II позиции рук, подготовительное положение. Полуприседание по VI I II III позициям (деми плие). Выножка с переводом "носка-каблук", с носка на каблук. Поднимание на полупальцы по VI и I позициям (релеве). Прыжки на двух ногах по VI позиции. Образно-игровые движения. Сложные циклические виды движений.
4.	Построения и перестроения.	«Змейка», «воротики», «спираль», «звездочка»	Упражнения на развитие умения самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций
5.	Музыкально-пространственные композиции	«Тройной шаг», «Барабашики».	Композиции на умение быстро перестраиваться в соответствии с музыкальным сопровождением.
6.	Активизация и развитие творческих способностей детей	«Лошадки», «Не потеряй пушику», «После дождя».	Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения.
7.	Элементы партерной гимнастики	«Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», мостик, шпагат, «Лодочка», «Кошечка», «велосипед», «колобок», «качели», «промокашка».	Упражнения на сокращение и расслабление мышц, на развитие силы мышц, эластичности связок и суставов, на гибкость и пластичность. Разучивание комбинаций на основе упражнений.
8.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей

II год обучения

№	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид.	
2..	Элементы музыкальной грамоты.	Такт и затакт. «Пружинки», «Игра с мячом», «Тяжелые руки», «Мельница», «Поющие руки», «Спокойный рассказ».	Изучение музыкально-ритмических упражнений разным по форме, темпу, структуре, жанру.
3.	Элементы классического, народного и балетного танцев	Выворотные позиции ног, Demi plie, grand plie, Battement tendus, анфас и эпольман, "припадание", "гармошка", «молоточек», «моталочка», "ковырялочка", дробные выстукивания, "мячик". «Полянка», «Каблучки», «Сибирская полечка».	Проучивание I, II выворотные позиции ног. III позиция рук. . Demi plie по I, II позициям, grand plie по VI позиции. . Battement tendus по I выворотной позиции вперед и в сторону. Battement tendus с demi plie по I выворотной позиции. Положение анфас и эпольман. Прыжки из VI на II прямую позицию и обратно. Прыжок по I выворотной позиции. Прыжки по точкам. Проучивание движений на русском материале.
4.	Построения и перестроения.	«Змейка», «воротики», «спираль», «звездочка», «карусель»	Упражнения на развитие умения самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций
5.	Музыкально-пространственные композиции	«Мы танцуем польку», «Молодецкий хоровод»	Композиции на умение быстро перестраиваться в соответствии с музыкальным сопровождением
6.	Активизация и развитие творческих способностей детей	«Звери и птицы», «Кот и мыши», «Спать хочется»	Упражнения на умение сочетать движение с характером музыкального произведения
7.	Элементы партерной гимнастики	«Складочка», «Бабочка», «Лягушка», «Корзинка», «Уголок», «Кузнечик», мостик, шпагат, «Лодочка», «Кошечка», «велосипед», «колобок», «качели», «промокашка».	Усложнение упражнений. Тренировка слуха, выносливости.
8.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей

Предполагаемые результаты

Показатели уровня развития детей первого года обучения:

1. выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку;
2. умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, правильно называть их;
3. освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;
4. способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
5. умение выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;
6. умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
7. умение вести себя в группе во время занятий;
8. точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

Показатели уровня развития детей второго года обучения:

1. выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку;
2. освоение сложных видов движений: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, вальсовый шаг, элементы движений из детских и народных танцев;
3. уметь различать жанр произведения и выражать это в соответствующих движениях, в словесных описаниях;
4. уметь использовать элементарные музыкальные термины и понятия;
5. умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям;
6. умение быстро менять направление и характер движения, мгновенно реагируя на различный темп, динамику, ритм и форму музыкального произведения;
7. умение сравнивать, анализировать характер мелодии, движения, выражая это в суждениях;
8. эмоциональное исполнение танцевальных композиций и отдельных видов движений.

Механизм отслеживания знаний, умений, навыков

№ п/п	Тема	ЗУН	Механизм отслеживания
I год обучения			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос, показ.
2.	Элементы музыкальной грамоты.	Уметь слушать музыку, определять ее характер, темп, динамику; выполнять движения в различных темпах и с различной силой; воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из восьмых, четвертных и половинных нот; выделять сильные и слабые доли; менять движение в зависимости от смены частей и фраз.	Опрос, игра «Музыкальный калейдоскоп», контрольные задания на исполнение ритмических движений
3.	Элементы классического, народного и балетного танцев	Знать правила построения позиций ног и рук. Знать и уметь исполнять бытовой шаг, шаг с носка, на полупальцах, с подскоком, польки. Уметь садиться, не прогибая спину и не заваливаясь на пальцы. Уметь выдвигать ногу не расслабляя колено и до конца дотягивая носок. Уметь вставать на высокие полупальцы, прыгать с прямой спиной.	Контрольные упражнения

4.	Построения и перестроения.	Умение быстро перестраиваться без шума	Игры «Найди свое место», «Кто быстрее», «Найди свою пару»
5.	Музыкально-пространственные композиции	Знать и уметь исполнять упражнения и композиции	Зачет
6.	Активизация и развитие творческих способностей детей	Знать исполнение упражнений и уметь импровизировать	Игровые задания
7.	Элементы партерной гимнастики	Уметь сидеть с прямой спиной, складываться пополам, не поднимая колени, держать угол, делать шпагат, «мостик», работать с сильными мышцами, дотягивать стопы.	Показ, игра «Кто больше соберет баллов»
8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять прочувствованные движения, упражнения, комбинации, композиции точно в соответствии с музыкой.	Контрольное занятие.
II год обучения			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос, показ.
2.	Элементы музыкальной грамоты.	Уметь анализировать музыку, определять ее характер, размер, жанр, строение; исполнять движения в различных темпах. Уметь вступать на такт и затакт.	Музыкально-ритмические задания, беседа.
3.	Элементы классического, народного и балетного танцев	Знать правила построения позиций ног и рук. Знать правила исполнения demi plie и battement tendus. Уметь садиться, не прогибая спину и не заваливаясь на пальцы. Уметь выдвигать ногу не расслабляя колено и до конца дотягивая носок. Знать правила исполнения движений русского народного танца, делать их легко, не дергать спиной, не реагировать руками. Уметь исполнять сложные циклические движения.	Зачет.
4.	Построения и перестроения.	Уметь самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций	Игры «Найди свое место», «Кто быстрее», «Найди свою пару»
5.	Музыкально-пространственные композиции	Знать и уметь исполнять упражнения и композиции	Зачет.
6.	Активизация и развитие творческих способностей детей	Знать исполнение упражнений и уметь импровизировать, уметь оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям	Игровые задания
7.	Элементы партерной гимнастики	Уметь внимательно слушать педагога и исполнять упражнения. Уметь держать правильное положение тела во время исполнения упражнений.	Показ.

8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции в соответствии с характером, темпом, ритмом, формой, динамикой, структурой музыкальных произведений.	Контрольное занятие.
----	-------------------	---	----------------------

Список литературы:

1. Кавеева А.И. Гимнастика в хореографии, Казань – 2001 г.

Гимнастика

Гимнастика – это основополагающая дисциплина физической культуры, подразделяющаяся на образовательно-развивающую (входящую во все учебные программы по физической культуре для любого возраста и профессии, состоящую из базовой и прикладной), оздоровительной и спортивной.

Программа содержит: оздоровительный, развивающий, образовательный и тренирующий разделы. Варьирование упражнений первых трех разделов заметно повышает интерес к знаниям, а последний раздел позволяет использовать соревновательный метод и неизменно любим учениками.

Основная цель обучения: *формирование личности учащихся через выявление способностей, укрепление здоровья, посредством занятий гимнастикой и акробатикой.*

Задачи:

- способствовать развитию специальных учебных умений и навыков;
- создать условия для развития у обучающихся стремления к самопознанию и самосовершенствованию;
- сформировать нравственное отношение к окружающему миру, через освоение восточных оздоровительных методик.

Занятия ведутся 2 раза в неделю по 45 минут.

Учебно-тематический план 1 год обучения

№п/п	Тема	Всего часов	Теория.	Практика.
1.	Вводное занятие.	1	1	
2.	Дыхательные упражнения.	6		6
3.	Общеразвивающие упражнения.	6		6
4.	Силовые упражнения.	10		10
5.	Оздоровительно-акробатический комплекс.	28		28
6.	Упражнения на гибкость и релаксацию.	10		10
7.	Имитационно-игровые упражнения.	10		10
8.	Итоговое занятие.	1		1
	Итого	72	1	71

2 год обучения

№п/п	Тема	Всего часов	Теория.	Практика.
1.	Вводное занятие.	1	1	
2.	Дыхательные упражнения	4		4
3.	Общеразвивающие упражнения.	5		5
4.	Осиовые акробатические упражнения.	15		15
5.	Оздоровительно-акробатические упражнения.	20		20
6.	Оздоровительно-релаксационные упражнения.	6		6
7.	Силовые перемещения, игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений.	15		15
8.	Корригирующая гимнастика.	5		5
9.	Итоговое занятие.	1		1
	Итого	72	1	71

II. Содержание программы I год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ, дисциплина во время занятий. Правила поведения при участии в массовых мероприятиях.	Отработка входа и выхода из зала, раскладывание и уборка ковров и матов.
2.	Дыхательные упражнения.	Основные задачи дыхательных упражнений, влияние дыхания на работоспособность и самочувствие.	Отработка различных типов дыхания на месте и в движении. Изменение длины и глубины дыхания.
3.	Общеразвивающие упражнения		Упражнения на месте и в движении из различных исходных положений, упражнения на развитие координации движений и чувства ритма.
4.	Силовые упражнения.	Режимы выполнения силовых упражнений	Поточное выполнение силовых упражнений динамического характера в преодолевающем и уступающем режиме.
5.	Оздоровительно-акробатический комплекс.	Соединение дыхания с движением.	Непрерывное выполнение комплекса из движений с переходом в различные позы соединения с дыханием и расслаблением.
6.	Упражнения на гибкость и релаксацию.	Увеличение подвижности суставов круговыми движениями и растягиваниями	Проработка позвоночника и суставов круговыми движениями в различных плоскостях с последующим линейным растягиванием.
7.	Имитационно-игровые упражнения.		Различные перемещения и движения, имитирующие животных и предметы. Элементы театрализации и пантомимы.
6.	Итоговое занятие.		Класс-концерт. Заключительный тренаж. Урок миниатюр.

II год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ. Правила поведения при участии в концертах и массовых мероприятиях.	Контроль уровня ОФП.
2.	Дыхательные упражнения	Способы увеличения объема легких и тренировки дыхательных мышц.	Силовое дыхание. Техника дыхания при силовых упражнениях.

3.	Общеразвивающие упражнения		Изучение вращений на месте и в движении с постепенным увеличением скорости.
4.	Основные акробатические упражнения.		Изучение основных акробатических упражнений (перекаты, повороты, кувырки, опорные прыжки и приземления).
5.	Оздоровительно-акробатические упражнения.		Тренировка поз, стоек и упоров, повторная смена прыжком.
6.	Оздоровительно-релаксационные упражнения.	Принцип пустоты и наполненности.	Комплекс дыхательно-релаксационных упражнений.
7.	Силовые перемещения, игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений.		Воспитание силовой выносливости и лёгкости перемещений.
8.	Корректирующая гимнастика.	Принципы проработки суставов и позвоночника.	Проработка позвоночника и суставов стоя.
9.	Итоговое занятие.		Класс-концерт. Заключительный тренаж.

III. Предполагаемые результаты 1 год обучения.

К концу обучения ученик должен:

- уметь «держат» основные акробатические стойки на уменьшенной опоре;
- уметь свободно переходить из одной акробатической стойки в другую, соответствующую уровню развития гибкости и силы;
- уметь выполнять стойку на руках и повороты вперёд и назад махом и силой;
- уметь преодолевать страх при выполнении перевёрнутых положений и падений на спину и на живот;
- уметь быстро перемещаться со сменой направления и уровня;
- знать и уметь выполнять оздоровительно-развивающие комплексы, уметь сочетать движение с дыханием.

2 год обучения.

К концу учебного года ученик должен:

- уметь выполнять шпагаты в стойке на руках и в прыжке;
- уметь держать равновесие на партнёре, партнёрах;
- уметь выполнять соскоки с высоты своего роста;
- уметь выполнять темповые перевороты и технику стартового разгона;
- уметь уверенно выполнять безопорные прыжки;
- уметь быстро перемещаться с изменением скорости, направления и способа перемещения;
- уметь выполнять бросок конечности и уметь догонять его туловищем (вращение, подъём разгибом);
- уметь быстро повторять акробатические элементы в эстрадных номерах.

Механизм отслеживания знаний, умений, навыков

№ п/п	Тема.	Знания, умения, навыки.	Механизм отслеживания.
1 год обучения.			
1	Вводное занятие.	Правила поведения и меры безопасности при выполнении акробатических упражнений в гимнастическом зале.	Опрос, показ, инструктаж.
2	Дыхательные упражнения.	Сосредоточение на контроле движения и внутренней координации и самочувствии.	Мониторинг длительности задержки дыхания.
3	ОРУ	Сохранение точности поз, направлений движений конечностями и поворотов.	Контроль точности и силы движений.
4	Силовые упражнения.	Знание основных силовых упражнений для мышц конечностей и туловища.	Контроль уровня ОФП. Соревнования.
5	Оздоровительно-акробатический комплекс.	Изучение последовательности и формы движений комплекса.	Соревнования. Контрольный урок.
6	Упражнения на гибкость и релаксацию.	Совершенствование гибкости и пластичности в процессе тренировки упражнений силовой акробатики.	Контрольный урок.
7	Имитационно – игровые упражнения.	Упражнения на координацию, пластику, владение мимическими мышцами лица. Имитация движений и поз животных.	Урок миниатюр.
8	Итоговое занятие.	Навык согласованных действий при коллективно-творческой работе.	Класс-концерт.
2 год обучения.			
1	Вводное занятие.	Правила поведения и меры безопасности при выполнении акробатических упражнений на сцене и открытых площадках.	Опрос, показ. Инструктаж.
2	Дыхательные упражнения.	Навыки обратного и силового дыхания.	Фронтальное выполнение.
3	ОРУ	Сохранение равновесия при вращении на месте и в движении.	Текущий контроль.
4	Основные акробатические упражнения.	Свободное выполнение основных акробатических упражнений по команде.	Текущий контроль.
5	Оздоровительно-акробатические упражнения.	Самостоятельное выполнение комплекса оздоровительно-акробатических упражнений.	Итоговый контроль.
6	Оздоровительно-релаксационные упражнения.	Соединение дыхательных упражнений с движениями конечностями и туловищем.	Показ.
7	Силовые перемещения игры и эстафеты с элементами акробатических упражнений.	Навык сохранения работоспособности и качества движений в течении длительного периода времени.	Фронтальное выполнение.
8	Корректирующая гимнастика.	Контроль позы и навыки самостоятельного корректирования тела растяжками и	Антропометрический контроль.

		скрутами.	
9	Итоговое занятие.	Показать уровень физического развития на фойе имитационно игровой деятельности.	Класс-коицерт. Тестирование.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Кавеева А.И., Гимнастика в хореографии, Казань – 2001 г.
2. Вихрева Н.А., Экзерсис на полу, Москва – 2004 г.
3. Министерство культуры РФ научно – методический центр по художественному образованию Гимнастика, Москва – 2003 г.
4. Пустовойтова М.Б., Ритмика для детей 3 – 7 лет , М. 2008 г.

Вторая ступень.

Классический танец

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом—его главное **воспитательное значение**.

Прохождение программы должно опираться на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных данных учеников, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса.

Без соблюдения этих условий классический танец теряет силу воздействия **эстетического воспитания**.

Цель: *обучение основам классического танца, умению использовать движения классического танца в хореографических номерах .*

Основные задачи обучения:

- сформировать подтянутость фигуры, выработать устойчивость, правильную постановку корпуса, рук и головы,
- развить выворотистость, танцевальный шаг, подъём стопы, прыжок
- сформировать умение исполнять движения в контексте музыкальных произведений.
- освоить поэтапное выполнение сложных танцевальных pas .

Учебно-тематический план 1 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Азбука классического танца: постановка корпуса, рук, ног, головы	30	4	26
3.	Экзерсис у станка	38	4	34
4.	Экзерсис на середине	32	4	28
5.	Классическая партерная гимнастика	35	4	31
6.	Аллегро	25	4	21
7.	Итоговое занятие	1		1
	Итого	162	21	156

2 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Экзерсис у станка	38	4	34
3.	Экзерсис на середине зала	38	4	34
4.	Аллегро	30	4	26
5.	Классическая партерная гимнастика	38	4	34
6.	Итоговое занятие	1		1
	Итого	144	17	139

3 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Экзерсис у стайка	29	3	26
3.	Экзерсис на середине	29	3	26
4.	Аллегро	25	3	22
5.	Классическая партерная гимнастика	22	3	19
6.	Этюды	27	3	24
7.	Итоговое занятие	1		1
	Итого	144	16	139

4 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Экзерсис у стайка	30	2	28
3.	Экзерсис на середине	30	2	28
4.	Аллегро	30	2	28
5.	Классическая партерная гимнастика	20	2	18
6.	Этюды	18	2	16
7.	Маленькие вариации	14	2	12
8.	Итоговое занятие	1		1
	Итого	144	13	139

V год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Экзерсис у станка	25	1	24
3.	Экзерсис на середине	35	1	24
4.	Аллегро	35	1	34
5.	Классическая партерная гимнастика	20	1	19
6.	Этюды	11	1	10
7.	Образцы классического наследия	16	1	15
8.	Итоговое занятие	1		1
	Итого	144	7	139

Содержание программы 1 год обучения

Цель обучения: постановка иог, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений.

Задачи:

- обучить правильной постановке корпуса, рук и головы,
- развивать координацию движений,
- сформировать подтянутость фигуры, выработать устойчивость,
- воспитывать эстетический вкус в процессе освоения дисциплины.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила ТБ. Правила поведения на уроке. Роль классического танца в хореографии. Краткая история классического танца. Необходимость изучения данного предмета.	
2.	Азбука классического танца: постановка корпуса, рук, иог, головы.	Проучивание позиций иог(1-ая, 2-ая, 5-ая) лицом или спиной к станку. Позиции рук(1-ая, 2-ая, 3-я) на середине зала, постановка корпуса.	Движения в медленном спокойном темпе, в чистом виде.
3.	Экзерсис у станка.	«Батман тандю» по первой позиции (крестом), постановка корпуса, повороты головы. «Деми плие», «Батман тандю с деми плие», «Реливе» на полупальцы, «Батман тандю пасса партер», «Деми ронд де жамб партер ан де ор, ан де дан» и полный круг иогой по полу.«Реливелия» на 45 градусов крестом. «Батман тандю жете» по 1-ой позиции (крестом). Положение «Сур ле ко де пие». «Батман ретире».	Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде, а затем родственные комбинируются друг с другом.
4.	Экзерсис на середине.	Повторение движений у станка на середине зала.	Экзерсис у станка закрепляется на середине.
5.	Классическая партерная гимнастика.	Повторение элементов классического танца: «жете», «реливелия», «ретире» лежа на спине. Движения, развивающие выворотность, эластичность суставов, позвоночника, шага.	Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, на сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц.
6.	Аллегро.	Трамплинные рыжки по свободным позициям, «темп ливе соте» по 1-ой, 2-ой, 5-ой позиции и на середине, «па э шапе» лицом к станку и на середине, «шажман де пие».	Упражнения на развитие легкости, элевации и баллоа.
7.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей и педагогов.

II год обучения

Цель обучения: постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений.

Задачи:

- развивать силу ног, устойчивость, техники исполнения,
- изучить прыжки с приземлением на одну ногу, позы классического танца, учебные комбинации за счёт использования поз в экзерсисе у станка и на середине, положение у станка одной рукой за станок;
- ознакомить с техникой полуповоротов на двух ногах,
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид. Цели и задачи для учащихся по предмету.	
2..	Экзерсис у станка.	Повтор пройденного материала в 1-ый год обучения. Проучивание новых элементов: 4-ая позиция, «Батман тандю жете пике», «батман тандю пие сотеню», «батман фойдю» в пол лицом к станку, «батман фрапе» в пол крестом (лицом к станку), «па де буре симпль» лицом к станку, перегибы корпуса в бок, назад, лицом к станку, «гранд плпе» по всем позициям лицом к станку, постановка корпуса в 1-ой позиции одной рукой за станок, открывание руки, «батман тандю с пур ле пие», «батман фрапе» на 45 градусов, «батман фойдю» на 45 градусов, «реливе» на высокие полупальцы, 3-е «пор де бра», все элементы проучивать по 5-ой позиции.	Ускорение темпа, экзерсис у станка, Проученные движения исполняются одной рукой за палку.
3.	Экзерсис на середине.	Все элементы, проученные у станка, выполнить на середине. 1-ое «пор де бра», 2-ое «пор де бра», 3-е «пор де бра», «эпальман», маленькие и большие позы «круазе эфасе», «па кюрю». Арабески – 1-ый, 2-ой, 3-ий.	Упражнения на различные группы мышц, на развитие устойчивости на середине зала, и закрепление мышечных навыков и принципов классического танца.
4..	Аллегро.	Повтор пройденных прыжков на середине. Проучивание «ассамбле» у станка в сторону. «Па ассамбле» на середине в сторону, вперед, назад на «эпальман», «дубль ассамбле», «сессон симпль» лицом к станку и на середине анфас и на «эпальман». «Глиссад», «па жете» лицом к станку и на середине.	Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элевации).

5.	Классическая партерная гимнастика.	Упражнения на развитие эластичности связок.	
6.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей и педагогов.

III год обучения

Цель обучения: Закрепление азбуки классического танца, выработка навыков правильности и чистоты исполнения;

Задачи:

- выработать навык правильности и чистоты исполнения, устойчивость;
- обучить экзерсису на полупальцах на середине зала;
- развивать координацию, устойчивость, выразительность поз, силу и выносливость;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид. Цели и задачи на год для учащихся. Выработка навыков правильности и чистоты исполнения элементов классического танца. Закрепление азбуки классического танца. Развитие силы и выносливости. Закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз.	Выработка навыков правильности и чистоты исполнения элементов классического танца. Закрепление азбуки классического танца. Развитие силы и выносливости. Закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз.
2.	Экзерсис у станка.	Повтор пройденного материала за второй год обучения. Ускорение темпа. Введение эпальман. Батман девлепе (крестом), гранд батман жете (крестом). Позы экартэ вперед назад, большие и маленькие, полуповороты по 5-ой позиции, андеор и андедан, батман Сотеню с подъемом на полупальцы, во всех направлениях аифас, круазе, эфасе, экарте. Обводка рои де жам партер по полу, на 45 градусов, на 90 градусов, андеор, андедан, рои де жам ан Лер, пти батман, дубль батман фраппе с окончанием на деми плие, па там бе с продвижением, работающая иога в положении сур ле ку де пие иоском в пол и на 45 градусов, 3-ий пур де бра: с иогой вытянутой на иосок вперед или назад на деми плие (с растяжкой) без перехода с опорой и с переходом, па де буре балете на эфасе и круазе иоском в	Проучивание новых элементов. Развитие устойчивости, введение полупальцев у стаика, развитие пластичности рук и координации движения.

		пол и на 45 градусов, подготовка к пируэтам из 4-ой и 2-ой позиций, пируэты андеор и андедан с 5-ой, 4-ой, 2-ой позиций с окончанием в 5-ую, 4-ую позиции (1 оборот), дубль батман фойдю, Реливелян на 90 градусов во всех позах, ганд батман в 1-ом, 2-ом, 3-ем арабески, подготовка к туру из 5-ой позиции.	
3.	Экзерсис на середине.	Таи лие партер, тан лие партер с перегибами корпуса, андеор и андедан, па де буре сюиви, па де буре антуриан.	Развитие устойчивости, введение полупальцев на середине, развитие пластичности рук и координации движения.
4.	Классическая партерная гимнастика	Силовые упражнения.	Выполнение силовых упражнений
5.	Этюды.	«Легкий ветер», «скульптуры», «куклы», «стрекоза», «мечи» и др.	Композиции на умение использования средств классического танца в простых выражениях эмоций и образов.
6.	Аллегро.	Дубль па эшапе, па эшапе в комбинации с па де буре, там бе купе, прыжки на эпальман с координацией рук и головы. Сессои уверт на 45 градусов крестом и во всех направлениях. Таи соте в 5-ой позиции с продвижением вперед, в сторону, назад. Тан лпе соте. Шажмаи де пие с продвижением вперед, в сторону, назад и антурнан по $1\frac{1}{8}$ и $1\frac{1}{4}$ оборота, позже – по $1\frac{1}{2}$ оборота. Пти жете с продвижением во всех направлениях – анфас и в маленьких позах с иогой в положении сур ле ко де ппе и на 45 градусов.	Развитие баллоиа. элевации и координации.
7.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей и педагогов.

IV год обучения

Цель обучения: повторение и закрепление материала 3-го года обучения, выработка навыков правильности и чистоты исполнения, пластичности и выразительности рук, а также их активности и точности координации при исполнении больших поз и туров.

Задачи:

- выработать устойчивость на полупальцах, точность и чистоту исполнения пройденных движений;
- обучить en tournant на середине, усложнённому adagio, техники pirouette и заносок
- развивать силу и выносливость за счёт убыстрения темпа и нагрузки в упражнениях;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид. Задачи перед учащимися: повторить и закрепить пройденный материал. Выработка устойчивости на полупальцах, дальнейшее развитие силы и выносливости за счет убыстрения темпа и нагрузки в упражнениях.	Выработка устойчивости на полупальцах, дальнейшее развитие силы и выносливости за счет убыстрения темпа и нагрузки в упражнениях.
2.	Экзерсис у станка.	Батман сотеню на 45 градусов во всех направлениях и позах. Флик фляк айфас. Рои де жам айлер андеор и андедан с окончанием на деми плие с деми реливе и реливе на полупальцы. Поза аттетюд круазе эфасе. Мягкие батманы на всей стопе. Граи батман жете пассе партер (через 1-ую позицию) с окончанием на носок вперед или назад, айфас и в позе.	1. Усложнение музыкального материала. 2. Выразительность исполнения. 3. Развитие памяти (усложнение комбинаций координации и ритмически), музыкальность исполнения.
3.	Экзерсис на середине.	Батман тандю антурнан андеор и андедан по $1/8$, $1/4$ и $1/2$ круга. Батман тандю жете антурнан андеор и андедан по $1/8$ и $1/4$ круга. Ром де жам партер антурнан андеор и андедан по $1/8$, $1/4$ и $1/2$ круга. Батманы фойдю:- с плие реливе и деми рои де жам на 45 градусов из позы в позу на полупальцах-дубль на всей стопе и на полупальцах айфас и в позах. Батман сотеню на 90 градусов айфас и в позах на всей стопе. 5-ое пор де бра. 4-ый арабеск. 4-ое пор де бра. Фуэте (с иогой на 45 градусов на $1/4$, $1/2$). Тан лие на 90 градусов на всей стопе. Па де буре балете антурнан по $1/4$ оборота. Пируэты андеор и андедан из 5-ой, 2-ой, 4-ой позиции с окончанием в 4-ую и 5-ую позиции (1-2 оборота). Па глиссад антурнан андеор и андедан по $1/2$ и целому оборота.	Продолжается работа над пластичностью и выразительностью рук, а также их активностью и точностью координации при исполнении больших поз и туров. Усложняется техника исполнения классических движений с введением антурнан и пируэтов, а также убыстрение темпа и удлинение комбинаций, что приводит к дальнейшему развитию силы и выносливости.
4.	Аллегро.	сэссои томбэ во всех направлениях айфас и на эпальман. па ассамблее с продвижением с приемом па глиссад, купе-шаг. сценические сэссои в позах арабеск.	Развитие координации, музыкальности, легкости, фиксации позы во время прыжка.

		сэсси фэрмэ. па амбуатер вперед и назад сур ле ку де пие и на 45 градусов на месте и с продвижением. таи ливе с иогой, вытянутой на 45 градусов во всех направлениях и позах.	
5.	Маленькие вариации.	Вариации стрекозы, снежики, птицы и т. д.	Упражнения на умение использовать технику классического танца в сочетании со сценическим образом и музыкальным произведением.
6.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей.

V год обучения.

Цель обучения: повторение и закрепление материала, выработанных навыков, координации при исполнении элементов классического танца.

Задачи

- обучить технике исполнения больших прыжков, tours_в больших позах, пируэтам с различных приёмов на месте и с продвижением по диагонали;
- развивать навык правильности и чистоты исполнения, пластичности и выразительности рук при работе на середине
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Правила ТБ. Правила поведения на занятии, внешний вид. Задачи перед учащимися: повторить и закрепить пройденный материал. Продолжается работа над чистотой, свободой и выразительностью исполнения, с использованием более сложных сочетаний движений. Наряду с этим проходит обучение подготовки к турам в больших позах и ознакомление с техникой их исполнения, изучение пируэтов с различных приёмов на месте и с продвижением по диагонали. Знакомство с большими прыжками.	Подготовка к турам в больших позах и ознакомление с техникой их исполнения, изучение пируэтов с различных приёмов на месте и с продвижением по диагонали. Знакомство с большими прыжками.
2.	Экзерсис у станка.	Батман девлюпе томбе анфас в позах, оканчивая носком в пол и на 90 градусов. Гранд батман жете:-на полупальцах; мягкие батманы на полупальцах. Поворот фуэтэ ан деор и ан дедан на 1\8, 1\4 и 1\2 круга с иогой, поднятой на 45 и 90 градусов вперед и назад на всей стопе, на полупальцах с плив реливе оканчивая на полупальцах; с	Занятия у станка проходят для разогрева всех групп мышц, большую часть урока занимают упражнения на середине.

		<p>полупальцев, оканчивая в деми плие. Половина тура ан деор и ан дедан с плие реливе с игогой, вытянутой вперед и назад на 45 и 90 градусов. Пируэты ан деор и ан дедан с тан реливе. Тур фуэтэ на 45 градусов ан деор и ан дедан</p>	
3.	Экзерсис на середине.	<p>Батман фоидю ан турнан ан деор и ан дедан по $\frac{1}{4}$ круга. Батман девлэпе томбе аифас и в позах, оканчивая носком в пол и на 90 градусов. Деми и гранд ронд де жамб девлэпе из позы в позу (по усмотрению педагога на полупальцах). Поворот фуэтэ ан деор и ан дедан на $\frac{1}{8}$, $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга. Тур лян ан деор и ан дедан в больших позах. Из позы в позу через пассе на 90 градусов. тан лие партер на 90 градусов в комбиации с тур лян. Подготовка к турам ан деор и ан дедан из 4-ой и 2-ой позиций в больших позах: алязгон, аттетюд, арабеск. Па де буре де Сю де су ан турнан ан деор и ан дедан. Пируэты ан деор и ан дедан по диагонали. Пируэты ан дедан с купе-шага. Тур шэие.</p>	Усложнение техники, координации движений, музыкального сопровождения.
4.	Аллегро.	<p>Гранд сэссои уверт во всех позах без продвижения и с продвижением. Гранд ассамблее. Па балёие. Па фаи вперед и назад. Гранд па жете вперед в позах аттетюд круазе, 3-его и 1-ого арабесков с приемов: с пятой позиции, купе-шаг, па глиссад.</p>	Развитие высоты прыжка, эластичности приземления, Чистоты поз, музыкальности исполнения, выносливости.
5.	Этюды.	<p>Манекены. Морской бриз. Звездный дождь. Рассвет. Ожидание. Порывистый ветер.</p>	Использование классической техники пространства в развитие образов, взаимоотношений и раскрытие музыкального материалы.
6.	Образцы классического наследия.	Вариация четверки маленьких лебедей из балета «Лебединое озеро».	Исполнение вариации четверки маленьких лебедей из балета «Лебединое озеро».
7.	Итоговое занятие.		Открытое занятие для родителей и педагогов.

Предполагаемые результаты

Показатели уровня развития детей первого года обучения:

1. проявление интереса к освоению и качественному выполнению азбуки классического танца;
2. умение выполнять элементы классического танца: позиции рук, ног, постановку корпуса в соответствии с методикой;
3. умение осмысленно использовать элементы классического танца и применять их на практике;
4. умение выполнять движения в медленном темпе;
5. умение выполнять упражнения, добиваясь поставленной учителем цели.

Показатели уровня развития детей второго года обучения:

1. усвоение азбуки классического танца;
2. грамотное исполнение упражнений классического танца одной рукой за палку;
3. исполнение движений в более быстром темпе;
4. усвоение координаций движения в экзерсисе на середине;
5. умение объяснить методику выполнения движения классического экзерсиса;
6. освоение малых и средних прыжков в классическом экзерсисе.

Показатели уровня развития детей третьего года обучения:

1. закрепление азбуки классического танца;
2. умение правильно и четко исполнить движения классического танца;
3. умение выразительно исполнить позы классического танца в экзерсисе;
4. умение устойчиво выполнять экзерсис на середине;
5. умение выдержать физическую нагрузку в адажио и в аллегро, при этом не теряя качества исполнения;
6. умение контролировать свои эмоции и использовать их для повышения выносливости силы, физической и эмоциональной;

Показатели уровня развития детей четвертого года обучения:

1. умение проверить точность и чистоту исполнения пройденных движений;
2. умение устойчиво стоять на полупальцах;
3. дальнейшее развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и нагрузки в упражнениях;
4. умение использовать классические термины и понятия;
5. умение методически грамотно оценивать свое исполнение и давать оценку исполнению других детей;
6. умение использовать знания и принципы классического танца в концертных номерах;
7. умение анализировать характер и качество исполнения движений в классическом экзерсисе, а также знать и понимать, для чего оно необходимо;
8. эмоциональное исполнение танцевальных композиций и отдельных видов движений.

Показатели уровня развития детей пятого года обучения:

1. умение закрепить пройденный материал;
2. умение свободно и выразительно использовать элементы классического танца в сложных сочетаниях движений;
3. умение исполнять пируэты, туры, фуэтэ, методически грамотно и качественно;
4. умение выполнять большие прыжки;
5. умение выполнять классические танцевальные комбинации легко, эмоционально и музыкально.

Механизм отслеживания знаний, умений, навыков

№ п/п	Тема	ЗУН	Механизм отслеживания
І год обучения			
1.	Вводное занятие.	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях.	Опрос
2.	Азбука классического танца: постановка корпуса, рук, ног, головы.	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук и ног в классическом экзерсисе.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий.
3.	Экзерсис у станка.	Уметь выполнять движения экзерсиса классического танца в медленном темпе у станка. Освоить элементарные навыки координации движения.	Контрольные упражнения
4.	Экзерсис на середине.	Уметь выполнять движения, проученные у станка, на середине.	Контрольные упражнения
5.	Классическая партерная гимнастика.	Уметь выполнять продольные и поперечные шпагаты и удерживать их в положенной «стойка на руках», мостики и различные формы растяжек, комплекс упражнений на развитие мышц паховой и колениковой выворотности, а также мышц спины и пресса.	Показ
6.	Аллегро.	Умение выполнять плие после прыжка, удерживая выворотную позицию. Грамотно толкаться от пола и удерживать позу во время полета. Методически знать все фазы прыжка.	Показ
7.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации.	Контрольный урок
ІІ обучения			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос
2.	Экзерсис у станка.	Освоить упражнения, проученные на втором году обучения. Знать их методическое выполнение, а также отличительные особенности. Уметь более сложно координировать движения, используя позы в экзерсисе у станка.	Опрос.
3.	Экзерсис на середине.	Чувствовать себя устойчиво, выполнять все элементы экзерсиса у станка на середине выворотной.	Контрольные упражнения
4.	Аллегро.	Умение исполнить прыжки с приземлением на одну ногу, а также маленькие прыжки в более быстром темпе, координируя исполнение прыжков с руками	Контрольные упражнения.

5.	Классическая партерная гимнастика.	Развитие принципов классического танца: выворотности, шага, гибкости	Зачет
8.	Итоговое занятие.		Контрольный урок
III год обучения			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос, показ.
2.	Экзерсис у станка.	Уметь правильно и чисто исполнить элементы классического экзерсиса у станка, а также объяснить их исполнение и указать на ошибки в исполнении, анализировать выполнение упражнений. Уметь координировать движения, исполнять их в соответствии с характером музыки и методики классического танца.	Опрос, игра «Музыкальный калейдоскоп», контрольные задания на исполнение ритмических движений
3.	Экзерсис на середине.	Уметь устойчиво выполнять упражнения классического танца. Уметь выразительно исполнить позы классического танца. Физическая выносливость в течение урока и устойчивость внимания. Умение контролировать свое тело и подчинять его своим требованиям.	Контрольные упражнения
4.	Аллегро.	Знать методику исполнения средних прыжков и умело использовать её при их исполнении.	Контрольные упражнения.
5.	Классическая партерная гимнастика.	Развитие и поддержание физических данных.	Зачет
6.	Этюды.	Знать исполнение этюдов в соответствии с методикой классического танца. Уметь эмоционально исполнить этюд.	Контрольные упражнения
8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять прочерченные движения, упражнения, комбинации, композиции точно в соответствии с музыкой.	Контрольный урок
IV год обучения			
1.	Вводное занятие	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида.	Опрос, показ.
2.	Экзерсис у станка.	Уметь анализировать движения, освоить мышечную память. Овладеть техникой четвертого года обучения классическому танцу. Выдерживать нагрузку в упражнениях.	Музыкально-ритмические задания, беседа.
3.	Экзерсис на середине.	Выполнять упражнения ан турнан, адажио, освоить технику пируэтов. Пластичность и выразительность рук, а также их активность и точность координации.	Зачет
4.	Аллегро.	Подготовка мышц к большим прыжкам, освоение техники малых и средних прыжков в быстром темпе в координации с руками и головой.	Контрольные упражнения.

6.	Этюды.	Знать и выполнять танцевальные этюды.	Контрольные упражнения.
7.	Маленькие вариации.	Уметь внимательно слушать педагога и исполнять вариации, используя технику классического танца.	Показ
8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции в соответствии с заданиями учителя.	Контрольный урок

V год обучения

1.	Вводное занятие.	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, правила внешнего вида. Знать цели и задачи на год в изучении данного предмета..	Опрос, показ.
2.	Экзерсис у станка.	Знать пройденный программный материал за предыдущие годы обучения. Уметь его закрепить и освоить в совершенстве. Уметь самостоятельно проводить классическую разминку у станка, используя классические термины, «квадратный» музыкальный счет.	Контрольный урок
3.	Экзерсис на середине.	Уметь устойчиво стоять на полупальцах, выполнять различные виды фуэтэ. Выразительно и музыкально выполнять сложные технические элементы. Выполнять домашние задания.	Контрольный урок
4.	Аллегро.	Освоение техники больших прыжков.	Контрольный урок
6.	Этюды.	Знать и выполнять заданные преподавателем этюды. Уметь самостоятельно их репетировать.	Контрольный урок
7.	Образцы классического наследия.	С осторожностью относиться к историческому наследию, ответственно изучать и выполнять заданные педагогом вариации.	
8.	Итоговое занятие.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции в соответствии с заданиями учителя.	Контрольный урок

Список литературы:

1. Ваганова А.Я., Основы классического танца Санкт – Петербург – Москва – Краснодар 2007 г.
2. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих Москва 2004 г.
3. Вихрева Н.А., Экзерсис на полу. Москва 2004 г.
4. Юнусова С.С. Постановка вращения в классическом танце в процессе обучения в хореографическом училище. Учебно – методическое пособие. Казань 1999 г.
5. Классический танец программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. Москва 1987

Народно-сценический танец

Народно-сценический танец является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин и неотъемлемой частью начального хореографического образования.

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, учащиеся овладевают манерой исполнения танцев различных народов, расширяют и обогащают свои исполнительские возможности.

Программа рассчитана на пять лет обучения, занятия проводятся 2 раза в неделю по 1-1,5 часа.

Цель обучения: воспитание эмоциональной выразительности исполнения, умение точно передать национальный стиль и манеру исполнения народного танца.

Задачи:

- обучить основам профессиональных знаний в народно-сценическом танце;
- создать условия для процесса самопознания и саморазвития с целью максимального раскрытия творческих возможностей;
- способствовать формированию коммуникативных навыков через коллективно-творческую деятельность;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к национальной танцевальной культуре, формируя вкусы и культурные навыки.

Учебно-тематический план

1-ый год обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводный урок	1,5	1,5	
2	Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4.	2	1	1
3	Позиции рук в народно-сценическом характере	3	0,5	2,5
4.	Экзерсис на середине зала по параллельным и свободным позициям (подготовка к экзерсису у станка).	37	5	32
5	Подготовка к вращению.	4,5	0,5	4
6	Элементы этюдов и танцев.	18	3	15
7	Прыжки с поворотом 1. на 90гр. 180гр. 360гр.	3	0,5	2,5
8	Подготовка к дробным элементам	1,5	0,5	1
9	Итоговое занятие	1,5		1,5
Итого:		72	12	60

2-ой год обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1,5	1,5	
2	Комплекс упражнений для разогрева.	6		6

	Повторение, закрепление пройденного материала			
3	Позиции и выворотные-1.2.3 лицом к станку	1		1
4	Позиции и положения рук.	1		1
5	Экзерсис у станка	15	2	13
6	Прыжки в комбинациях	3		3
7	Вращения	5	1	4
8	Мужская техника	9	1	8
9	Этюды и танцы	29	4	25
10	Итоговое занятие	1,5		1,5
	Итого:	72	9.5	62.5

3-год обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1,5	1,5	
2	Комплекс упражнений для разогрева. Повторение, закрепление пройденного материала	4		4
3	Экзерсис у станка	24	2	22
4	Дробные выстукивания	3.5	0.5	3
5	Мужская техника	12	1	11
6	Этюды и танцы	19	3	16
7	Вращения	6.5	1	5.5
8	Итоговое занятие	1,5	1,5	
	Итого:	72	7	65

4-год обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1,5	1,5	
2	Комплекс упражнений для разогрева. Повторение, закрепление пройденного материала	2		2
3	Экзерсис у станка	16		16
4	Дробные упражнения	2		2
5	Мужская техника	6		6
6	Этюды и танцы	47	5	42
7	Итоговое занятие	1,5	1,5	6
	Итого:	72	4	68

5 год обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1,5	1,5	
2	Комплекс упражнений для разогрева.	3		3

	Повторенне, закрепление пройденного материала			
3	Экзерсис у станка	23	2	21
4	Развнтие координации	6		6
5	Развнтие танцевальности у станка	8.5		8.5
6	Отработка техннкн движений	12		9
7	Этюды и танцы	54	6	48
8	Итоговое занятие	1,5	1,5	
	Итого:	108	8	100

Содержание программы.

1 год обучения.

Цель: Развнтие творческого потенциала ребёнка, воспитание национального самосознания через приобщение к танцу, воспитание музыкально-двигательной культуры.

Задачи:

- изучить основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса вовремя исполнения простейших элементов;
- развнтть элементарные навыки координации движений, ориентацию в пространстве;
- воспитывать культуру исполнения, общения с партнёром, начальные навыки ансамблевого исполнения.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.	
2	Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4.	Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Грамотное исполнение. Работа на мышцах. Релеве, подготовка к штопору, штопор.	Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Проучивание в медленном темпе. Развитие устойчивости, введение полупальцев
3	Позиции рук в народно-сценическом характере	Грамотная постановка рук.	Работа на мышцах. Правильная осанка при работе с руками. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Положение рук на поясе, в паре
4	Экзерсис на средние зала по параллельным и свободным познциям	Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т жете. Пассе.	Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т с работой голенистопа. Б.Т жете. Пассе. Работа

	(подготовка к эзерсису у станка).		для бедра. Работа на мышцах. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чнстом виде
5	Подготовка к вращению.	Методика исполнения. Грамотное исполнение. Шене.	Подготовка к шене. Подскок в повороте. Укрепление вестибулярного аппарата. Тренниг координации
6	Элементы этюдов н танцев	Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристнка, манеры н нравы.	Элементы и движения русского, татарского, белорусского танцев Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.
7	Прыжки с поворотом на 90гр. 180гр. 360гр	Прыжки сотэ, поджатые, разножка. Грамотное исполнение. Элевация. Баллон.	Прыжки сотэ, поджатые, разножка. Прыгучесть. Точное приземление. Развнтне снлы мышц стопы, ахиллова сухожнля, нкроножной мышцы, мышц бедра (развнтие баллона и элевации).
8	Подготовка к дробным элементам	Соскок, скачок, перескок.	Грамотное положенне стопы у щиколотки, колена, грамотное исполнение соскока, скачка, перескока. Работа над техникой исполнения четкости удара и лёгкостн.
9	Итоговое занятие		Открытый контрольный урок.

2год обучения.

Цель: Освоение элементов русского, татарского, эстонского, белорусского танца, характера и манеры исполнения.

Задачи:

- обучить основным элементам у станка, технике вращения в характере русского, украинского, татарского танцев;
- развивать координацию движений;
- воспитывать чувство ответственности, групповой сплочённости.

№	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.	
2	Комплекс упражнений для разогрева, повторение и закрепление пройденного материала		Грамотное исполнение упражнений на мышцах с хорошей амплитудой движения

3	Выворотные позиции иог	1.2.3 лицом к станку Методика исполнения.	Работа на мышцах Упражнения для развития выворотности, эластичности.
4	Позиции рук в народно- сценическом характере	Пор де бра в русском характере. Позиции рук в народно-сценическом характере 1, 2, 3.	Пор де бра в русском характере. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Правильная осанка при работе с руками.
5	Экзерсис у станка	Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Упражнения с ненапряженной стопой по 3, 6 поз. Маленькие броски во всех направлениях. Упражнение для бедра. Методика исполнения.	Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Батман тандю. Каблучное упражнение в пол во всех направлениях. Подготовка к веревочке (подъем-перевод). Подготовка к ковырялочке. Маленькие броски во всех направлениях. Движения в медленном спокойном темпе, в чистом виде Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, а сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц. Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элеации).
6	Прыжки в комбинациях	Сотэ, поджатые, разножка, завис.	Сотэ, поджатые, разножка, толчок сильной стопой с крепким корпусом, грамотное точное приземление, завис. Упражнения на развитие легкости, элеации и баллона. Работа на мышцах Развитие высоты прыжка, эластичности приземления, Чистоты поз, музыкальности исполнения, выносливости.
7	Вращение	Техника вращения. Методика исполнения.	Вращение по диагонали, по прямой. Шеиз. Подскок в повороте. Бег в повороте. Укрепление вестибулярного аппарата.
8	Отработка техники движений	Методика исполнения.	Совершенствование танцевальной техники.
9	Этюды и таицы	Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.	Этюды: русский, татарский, эстоиский, белорусский. Эмоции. Техника, выразительность.
10	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль. Открытый контрольный урок.

3 год обучения.

Цель: Развитие выразительности и музыкальности исполнения, умения передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев.

Задачи:

- обучить элементам у станка с усилённой координацией и силовой нагрузкой;
- развивать у обучающихся способность к самостоятельной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство эмоциональной отзывчивости.

№	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.	
2	Комплекс упражнений для разогрева, повторение и закрепление пройденного материала.		Танцевальные композиции из пройденного ранее материала. Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения
3	Экзерсис у станка.	Каблучное упражнение. Маленькие броски. Флик-фляк. Батман девлопэ. Методика исполнения.	Полуприседание и полное приседание по 6 и 4 параллельным позициям. Батман тандю с увеличением переводов, в сочетании с полуприседанием с подниманием опорной пятки. Каблучное упражнение - основной вид в сочетании с ковырялочкой. Маленькие броски с пике каблук и носком, сквозное с одновременным ударом опорной пятки (2-е полугодие). Флик-фляк с мазком, акцентируя движение к себе, с добавлением удара подушечкой, с переступанием. Батман девлопэ - плавное, отрывистое. Подготовка к веревочке и веревочка в русском характере. Упражнения для бедра. Змейка одинарная и двойная. Большие броски во всех направлениях, с опусканием на каблук рабочей ноги, с опусканием на каблук с полуприседанием. Занятия у станка проходят для разогрева всех групп мышц, работа над выразительностью. Подготовка к танцевальным элементам, танцам.
4	Дробные выстукивания.	Каблучная дробь, тринстанк. методика исполнения.	Работа над техникой исполнения четкости удара и лёгкости.
5	Мужская техника	Простые хлопучки в	Простые хлопучки в комбинациях.

		комбинациях. Качалка. Методика исполнения. Уровень присядок и полуприсядок, техника исполнения хлопущек.	Опускание на колено и перевод с колена на колено по 6-поз (лиц к станку). Качалка (одинарная, двойная) лиц к ст. Присядки и п-присядки. Присядка с проскальзыванием во 2-ю поз. Техничность исполнения, сила и выносливость.
6	Этюды и танцы	Методика исполнения.	Элементы русской польки. Украинский этюд, узбекский, татарский, итальянский. Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства. Знакомство с основами импровизации на примере танца «Перепляс».
7	Вращение	Вращение в комбинациях. Методика исполнения.	Шенэ с переходом на каблук с добавлением дробных элементов. Вращение в комбинациях. Укрепление вестибулярного аппарата.
8	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль. Открытый контрольный урок.

4 год обучения.

Цель: Совершенствование техники исполнения экзерсиса у станка, дробных упражнений и мужской техники.

Задачи:

- обучить технике исполнения дробных движений;
- развивать суставно-связочный аппарат (стопы и колени), силу и выносливость;
- воспитывать ценностную культуру.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.	Опрос, показ
2	Комплекс упражнений для разогрева. Повторение, закрепление пройденного материала		Танцевальные композиции из пройденного ранее материала. Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения
3	Экзерсис у станка	Круазе, Батман Фойдю, Ронде де Жамб	Каблучное упражнение с добавлением мазка подушечкой стопы рабочей ноги. Сочетание Батман Тандю жетэ с переходом на рабочую ногу.

			Упражнения с ненапряженной стопой, с двойным мазком, с двойным мазком и последующим ударом подушечки, на Круазе. Батман Фойдю, позднее-высокие развороты. Ронде де Жамб по воздуху. Веревочка с выносом ноги на каблук, веревочка в сочетании с ковырялочкой. Большие броски с переходом на рабочую ногу грамотное техничное исполнение в медленном темпе по выворотным и параллельным позициям. Занятия у станка проходят для разогрева всех групп мышц, работа над выразительностью. Подготовка к танцевальным элементам, танцам.
4	Дробные выстукивания.	Дробные выстукивания в комбинациях	Лёгкость, точность удара
5	Мужская техника исполнения хлопушек.	Присядки и полуприсядки. Хлопушки в комбинациях. Трюковые элементы: ползунок, самоварчик, ключ. Методика исполнения.	Выполнение присядок и полуприсядок, хлопушек в комбинациях, трюковых элементов: ползунок, самоварчик, ключ. Работа над силой и выносливостью.
6	Этюды и танцы	Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.	Элементы русского танца: ходы и движения на месте, переменной, дробный ход, трилистник, поворот с хлопушками, веревочка с переступанием. Элементы молдавского танца Польский сценический танец, венгерский народный танец, марийский, башкирский. Работа над танцевальностью, передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.
7	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

5 год обучения.

Цель: Совершенствование техники исполнения движений у станка и на середине зала за счёт более сложной координации в комбинациях.

Задачи:

- обучить русскому, татарскому, украинскому, польскому, венгерскому, башкирскому танцам в этюдной форме;

- развивать координацию движений в танцевальных комбинациях, творческое воображение, фантазию;
- воспитывать чувство ответственности, групповой сплочённости, сценическую культуру.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.	
2	Комплекс упражнений для разогрева, повторение и закрепление пройденного материала.		Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения.
3	Экзерсис у станка	Методика исполнения.	Полные приседания по 1, 2, 5 поз с наклоном корпуса. Круговые перегибы. Подготовка к веревочке с прыжком на опорной ноге (если ребенок прошел полный курс). Веер с подскоком. Флик-фляк с переступаниями. Флик-фляк с томбе. Большие броски с полукругом и томбе. Грамотное техничное исполнение в быстром и медленном темпе по выворотным и параллельным позициям. Подготовка к танцевальным элементам, танцам.
4	Развитие координации.		Лёгкость, точность исполнения движений на координацию, быстрое ориентирование в пространстве.
5	Развитие танцевальности у станка		Техничность исполнения, сила и выносливость, артистичность
6	Отработка техники движений.		Лёгкость, точность, танцевальность, артистичность
7	Этюды и танцы	Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.	Этюды: русский, татарский, украинский, польский, венгерский, башкирский. Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.
8	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

Предполагаемые результаты. Первый год обучения

Ученик к концу первого класса должен:

- знать, для чего нужен предмет; как народно-сценический танец связан с повседневной жизнью;
- знать и соблюдать правила поведения на уроке;
- иметь представление о различных характерах, оттенках, темпах музыки;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм;
- уметь выполнять движения под ритм музыки;
- уметь воспроизводить на шагах и хлопках разнообразные ритмические рисунки;
- знать, что музыкальное произведение состоит из вступления, частей, музыкальных фраз;
- уметь менять движение в зависимости от смены частей, фраз, ритма;
- уметь двигаться в характере музыки;
- уметь различать музыку танцев разных народностей друг от друга;
- уметь исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, ритмично, в характере;
- знать основные параллельные и свободные положения рук и ног в изученных танцевальных движениях;
- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев "на мышцах»;

Второй год обучения

Ученик к концу второго года должен:

- знать правила поведения на конкурсе, концерте.
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь выполнять движения поочередно вступая;
- знать правила и методику исполнения основных движений;
- знать музыкальный размер и темп изучаемых танцев, уметь их отличать друг от друга;
- уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать основные положения в паре в изученных танцах;
- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в коллективе, ансамбле;
- уметь ориентироваться на площадке.
- уметь держать точку в подготовке к вращениям;

Третий год обучения

Ученик к концу третьего класса должен:

- знать правила поведения на конкурсе, концерте, мероприятии городского, регионального, республиканского уровня;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь выполнять движения поочередно, вступая;
- знать правильное исполнение движений татарского и русского, белорусского танцев;
- уметь двигаться в такт каждого танца и его характера; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать основные положения рук, ног и корпуса в изученных движениях и танцах;

- знать определенную танцевальную терминологию и методику исполнения;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре, коллективе;
- уметь справляться с техникой исполнительского мастерства на данном этапе программы;

Четвертый год обучения

Ученик к концу четвертого класса должен:

- знать правила поведения на конкурсе, знать структуру проведения конкурсов, проводимых в рамках региона, республики и России;
- знать правильное исполнение движений татарского, русского, итальянского танцев;
- уметь передать характер исполняемого движения и танца;
- знать правильное исполнение мелких движений на середине и у станка;
- уметь тренировать координацию движения;
- знать как повышать уровень физической формы;
- знать как тренировать мышечную память;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь двигаться в такт каждого танца;
- исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать определенную танцевальную терминологию и методику;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре, знать основы ведения в паре, уметь координировать движения друг друга.
- участвовать в конкурсах и концертах.

Пятый год обучения

Ученик к концу пятого класса должен:

- уметь точно передать национальный стиль и манеру исполнения народно-сценического танца;
- знать основные правила исполнения движений у станка и на середине зала;
- уметь тренировать координацию движения;
- уметь вращать в продвижении по диагонали и на одном месте;
- знать как повышать уровень физической формы;
- знать как тренировать мышечную память;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре, знать основы ведения в паре, уметь координировать движения друг друга.
- уметь точно передать национальный стиль и манеру исполнения народно-сценического танца;

Шестой год обучения

Ученик к концу шестого класса должен:

- уметь тренировать координацию движения;
- знать как повышать уровень физической формы;
- знать как тренировать мышечную память, исполнительское мастерство;
- уметь слушать музыку, определять и передать ее характер, ритм, динамику, размер, строение;
- уметь двигаться в такт каждого танца;
- исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;

- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре, знать основы ведения в паре, уметь координировать движения друг друга.
- уметь составлять этюды из изученных ранее движений.

Седьмой год обучения

Ученик к концу седьмого класса должен:

- знать правила и методику исполнения экзерсиса у станка;
- уметь справляться с более сложными комбинациями;
- знать разницу между манерой исполнения танцев разных народностей;
- уметь тренировать координацию движения мужской техники, справляться с техникой вращения, дробей;
- знать как повышать уровень физической формы и лёгкости исполнения;
- знать как тренировать мышечную память;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь двигаться в такт каждого танца;
- исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать определенную танцевальную терминологию и методику исполнения;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре, знать основы ведения в паре, уметь координировать движения друг друга.
- уметь изолировать разные части тела;
- уметь исполнять танцевальный материал легко и непринуждённо.

Механизм отслеживания знаний, умений, навыков

№ п/п	Тема	ЗУН	Механизм отслеживания
І год обучения			
1.	Вводное занятие.	Знать п соблюдать правила поведения на занятиях, технику безопасности, Экскурс о предмете народно-сценический танец	Опрос
2	Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4.	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук п ног в народно-сценический экзерсисе.	Опрос, показ
3	Позиции рук в народно-сценическом характере	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук п ног в классическом экзерсисе.	Опрос, показ
4	Комплекс упражнений для разогрева на середине зала.	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации	Контрольные упражнения
5	Экзерсис на середине зала по параллельным п свободным позициям (подготовка к экзерсису у станка).	Умение работать в полную силу. Знать какой группой мышц исполняется упр.	Опрос. Исполнение упражнений п заданий
6	Подготовка к вращению.	Знать грамотное исполнение. Уметь находить точку. Координировать движения.	Контрольное занятие.
7	Элементы этюдов н танцев	Уметь передать характер, стиль, технику исполнительского мастерства простых элементов н этюдов. Знать, как исполняется движение в характере данных народностей, их характер, манеры п нравы.	Зачет
8	Прыжки с поворотом на 90гр. 180гр. 360гр	Знать грамотное исполнение. Уметь удерживать равновесие, держать точку, точно приземляться	Контрольные упражнения
9	Подготовка к дробным элементам	Знать грамотное положение стопы у щиколотки, колена, грамотное исполнение соскока, скачка, перескока и уметь исполнить четко н музыкально.	Зачет
10	Итоговое занятие	Знать правила исполнения п уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольный урок
ІІ год обучения			
1.	Вводное занятие.	Знать п соблюдать правила поведения на занятиях, технику безопасности,	Опрос
2	Комплекс упражнений для разогрева, повторение и закрепление пройденного материала.	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук п ног.	Опрос. Исполнение упражнений п заданий

3	Выворотные позы ног 1.2.3 лицом к станку	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук и ног по выворотным позам в народно-сценическом танце. Уметь удерживать ноги и руки в позах во время движения.	Опрос, показ
4	Позы рук в народно-сценическом характере	Грамотно объяснять методику выполнения постановки корпуса рук и ног в народно-сценическом танце и уметь исполнить и удерживать положение.	Опрос, показ
5	Экзерсис у станка	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации	Контрольные упражнения
6	Прыжки в комбинациях	Грамотное исполнение. Прыгучесть. Точное приземление, уметь координировать движение.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий
7	Вращение	Укрепление вестибулярного аппарата.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий
8	Отработка техники движений	Работа на двигательной памяти (мышечной)	Контрольное занятие.
9	Этюды и танцы	Уметь передать характер, стиль, технику исполнительского мастерства простых элементов и этюдов. Знать как исполняется движение в характере данных народностей, их характер, манеры и нравы.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий
10	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции	Контрольный урок
III год обучения			
1.	Вводное занятие.	Знать и соблюдать правила поведения на занятиях, технику безопасности,	Опрос
2	Комплекс упражнений для разогрева, повторение и закрепление пройденного материала.	Знать комплекс упражнений для разогрева, уметь привести мышцы в рабочее состояние.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий
3	Экзерсис у станка	Уметь координировать движения корпуса, рук ног. Уметь исполнять более сложные комбинации в народно-сценическом характере. Знать правила исполнения.	Контрольное занятие.
4	Дробные выстукивания.	Уметь исполнять дробные выстукивания легко в характере русского танца, знать понятие «острый каблучок».	Контрольные упражнения
5	Мужская техника	Знать методику исполнения. Уровень присядок и полуприсядок, уметь технично исполнить хлопушки, усложнять их по мере способности и подготовленности группы.	Контрольные упражнения
6	Этюды и танцы	Уметь передать характер русского, украинского, итальянского, татарского танцев; стиль, технику исполнительского мастерства простых элементов и этюдов. Знать, как	Контрольное занятие.

		исполняется движение в характере данных народностей, их характер, манеры и нравы	
7	Вращение	Уметь исполнять движения по диагонали, по полукругу, в комбинации. Знать правпла исполнения.	Контрольное занятие.
8	Итоговое занятие	Знать правпла исполнения п уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции	Контрольный урок
IV год обучения			
1.	Вводное занятне.	Знать п соблюдать правпла поведения на занятиях, технику безопасности,	Опрос
2	Комплекс упражне-ий для разогрева, повторение и закрепленне пройденного материала.	Знать комплекс упражнений для разогрева, уметь прпрвести мышцы в рабочее состояние.	Опрос. Исполнение упражнений п заданий
3	Экзерсис у станка	Уметь координировать движения корпуса, руки ног. Уметь исполнять более сложные комбинации в народно-сценическом характере. Знать правпла исполнения.	Контрольное занятие.
4	Дробные выстукнванья.	Уметь исполнять в повороте, вращении, более выразительно, в темпе.	Контрольное занятие.
5	Мужская техника исполнения хлопушек.	Уметь псполнить выразительно, в координации с танцевальным движением.	Контрольное занятие.
6	Этюды н танцы	Уметь передать характер русского, татарского танцев, молдавского, польского, венгерского, марийского танцев, стиль, технику исполнительского мастерства простых элементов п этюдов. Знать, как исполняется движение в характере данных народностей, их характер, манеры п нравы	Зачет
7	Итоговое занятие	Знать правпла исполнения п уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции	Контрольный урок
V год обучения			
1.	Вводное занятне.	Знать п соблюдать правпла поведения на занятиях, технику безопасности,	Опрос, показ
2	Комплекс упражне-ий для разогрева, повторение и закрепленне пройденного материала.	Знать комплекс упражнений для разогрева, уметь прпрвести мышцы в рабочее состояние.	Опрос. Исполненпе упражнений п заданий
3	Экзерсис у станка	Уметь координировать движения корпуса, рукп ног. Уметь исполнять более сложные комбинации в народно-сценическом характере. Знать правпла исполнения.	Зачет
4	Развнтне координации.	Уметь координировать работу корпуса, движений рук, движений ног.	Контрольное занятие.
5	Развнтне танцевальности у	Уметь передать характер исполняемого материала. Знать манеру исполнения	Контрольное занятие.

	станка	изучаемой народности.	
6	Отработка техникой движений.	Уметь исполнять движение технично и выразительно.	Опрос. Исполнение упражнений и заданий
7	Этюды и танцы	Уметь передать характер русского, татарского, украинского, польского, венгерского, башкирского танцев, стиль, технику исполнительского мастерства простых элементов и этюдов. Знать как исполняется движение в характере данных народностей, их характер, манеры и нравы	Зачет
8	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции в характере народно-сценических танцев. Уметь исполнить выразительно, эмоционально.	Контрольный урок

Список литературы:

1. Методическое пособие по теории и методике преподавания народного – сценического танца. Казань 1998 г.
2. Методическое пособие методика преподавания народного танца в ДШИ (I часть) Йошкар – Ола 2008 г.
3. Примерные образовательные программы для хореографических отделений детских музыкальных школ и школ искусств. Казань 2002 г.

Историко-бытовой и бальный танец

Бальный танец играет не маловажную роль в воспитании детей, молодежи. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

Систематические занятия историко-бытовым и современным бальным танцем соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность. Бальный танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению. Эти качества танца поднимают значение преподавания бальной хореографии в системе воспитания и обучения.

Цель программы: *гармоничное развитие ребенка, формирование средствами музыки и бального танца умений, способностей и качеств личности.*

Задачи:

1. Воспитание интереса и любовь к музыке, потребность двигаться под музыку; воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми. Воспитание и подготовка квалифицированных ведущих танцоров.
2. Развитие чувства ритма, умение выражать в движении характер музыки и ее настроение. Развитие умения чувствовать, понимать, создавать прекрасное в танце.
3. Формирование первоначальных танцевальных умений и навыков. Укрепление психического и физического здоровья средствами бального танца (формирование правильной осанки, походки; умение снижать психологическое напряжение средствами релаксации под музыку в процессе танцевального движения).

Серьезная, вдумчивая работа с детскими коллективами по обучению бальному танцу, правильный учет возрастных психологических особенностей позволяют выделить основную направленность в работе педагога: внимание сенсорному воспитанию, развитие музыкальности, танцевальной координации движений, умения ориентироваться в пространстве, формирование первоначальных танцевальных умений и навыков.

Данная программа рассчитана на 3 года. Программа нацелена на общее гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей. Отличительной особенностью данной программы является тесная связь бального танца с другими хореографическими дисциплинами: классический танец, народный танец, эстрадный танец. В постановках ансамблевого танца используются элементы других хореографических дисциплин, что делает постановки более разнообразными, интересными, лексически богатыми. Коллектив выступает на конкурсах в категории – «детская стилизация», где тесно сплетаются с бальным танцем другие разновидности танцевального искусства.

Учебно-тематический план

1 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводный урок	1	1	
2.	Элементы историко-бытового и современного бального танца	14	5	9
2.1	Вару-вару	2	1	1
2.2	Локомотив	2	1	1
2.3	Риле	2	1	2
2.4	Ча-ча-ча	3	1	2
2.5	Медленный вальс	3	1	2
3.	Простейшие танцевальные вариации	12	5	7
3.1	Вару-вару	2	1	1
3.2	Локомотив	2	1	1
3.3	Риле	2	1	1
3.4	Ча-ча-ча	3	1	2
3.5	Медленный вальс	3	1	2
4.	Постановка и отработка ансамблевого танца	4	0	4
5.	Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники	2	1	1
6.	Контрольный урок	1		1
	Итого:	34	12	22

2 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводный урок	1	1	
2.	Анализ музыкального произведения. Музыкально-ритмические упражнения.	6	2	4
3.	Элементы историко-бытового и современного бального танца	9	4	5
3.1	Ча-ча-ча	1	-	1
3.2	Медленный вальс	2	1	1
3.3	Самба	2	1	1
3.4	Джайв	2	1	1
3.5	Быстрый фокстрот	2	1	1
4.	Простейшие танцевальные вариации	11	5	6
4.1	Ча-ча-ча	2	1	1
4.2	Медленный вальс	2	1	1
4.3	Самба	2	1	1
4.4	Джайв	2	1	1
4.5	Быстрый фокстрот	3	1	2

5.	Постановка и отработка ансамблевого танца	3	0	3
6.	Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники	3	0	3
7.	Контрольный урок	1		1
	Итого:	34	12	22

3 год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводный урок	1	1	
2.	Закон мышечной памяти. Закон восприятия ритма.	6	2	4
3.	Элементы историко-бытового и современного бального танца	10	4	6
3.1	Ча-ча-ча	1	0	1
3.2	Медленный вальс	1	0	1
3.3	Самба	2	1	1
3.4	Джайв	2	1	1
3.5	Быстрый фокстрот	2	1	1
3.6	Веиский вальс	2	1	1
4.	Простейшие танцевальные вариации	10	3	7
4.1	Ча-ча-ча	1	0	1
4.2	Медленный вальс	1	0	1
4.3	Самба	1	0	1
4.4	Джайв	2	1	1
4.5	Быстрый фокстрот	2	1	1
4.6	Веиский вальс	3	1	2
5.	Постановка и отработка ансамблевого танца	3	0	3
6.	Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники	3	1	2
7.	Контрольный урок	1		1
	Итого:	34	11	23

Содержание программы.
1 год обучения.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1.	Вводный урок. Бальный танец и мы.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сцене.	
2.	<p>Элементы историко-бытового и современного бального танца:</p> <p>1. «Вару-Вару».</p> <p>2. «Локомотив».</p> <p>3. «Риле»</p> <p>4. «Ча-ча-ча»</p> <p>5. «Медленный вальс»</p>	<p>1. Позиция, закрытое положение, теневое положение, боковой ход, подскок, точка.</p> <p>2. Боковое положение, пружинка, поворот, выпад, прыжок с вытянутыми ногами.</p> <p>3. Променада, контрпроменада, противоположное положение, осевой ход, двойной ход на месте, двойной ход вперед, каблучки, покачивание, двойной ход в повороте, соло поворот.</p> <p>4. Тайм степ, осевое движение, закрытое положение, открытое положение в руках; бтакт: «солдатки».</p> <p>5. Баланс, подъем на полупальцы, приседание, продвижение, шаг-приставка, корпус, перемена направленных шагов, закрытая перемена.</p>	<p>1. Латвийский танец «Вару-вару». М/Р - 4/4, темп умеренно быстрый.</p> <p>А (основные положения в паре и соединения рук): закрытое положение; боковое положение; теневое положение.</p> <p>Б: (основные движения): исходная позиция; боковой ход; отведение ног вперед на носок; отведение ног вперед на каблук; подскоки по 4 точкам; расхождения в паре.</p> <p>2. «Локомотив» - современный танец. М/Р - 4/4, темп умеренно быстрый.</p> <p>А: боковое положение; теневое положение.</p> <p>Б: исходная позиция; движение «паровозик»; пружинка в ногах; поворот с продвижением в П и Л; «моторчик» в руках; выпад; прыжок с вытянутыми ногами и хлопок;</p> <p>3. «Риле» литовский танец: М/Р - 4/4. темп умеренно быстрый.</p> <p>А: закрытое положение; положение променада; положение контрпроменада; противоположное положение.</p> <p>Б: исходная позиция; осевой ход; двойной ход на месте; двойной ход вперед; каблучки; покачивание; двойной ход в повороте; соло поворот дамы.</p> <p>4. «Ча-ча-ча» латиноамериканский танец - исполняется в ритме (М- М-М-Б-Б) с акцентом на первую и четвертую доли такта. М/Р - 4/4. темп умеренно быстрый.</p> <p>А: закрытое положение; открытое положение.</p> <p>Б: тайм степ; основное движение; осевой ход; осевой ход вперед; осевой ход назад; моторчик.</p>

			<p>«Медленный вальс» европейский танец. Сопровождение: MIP - 3/4. темп медленный, примерно 31-32 такта в минуту.</p> <p>А: закрытое положение.</p> <p>Б: шаги вперед; шаги назад; шаги в ПиЛ; шаги-приставки; повороты корпуса; отведение ногп в сторону; перемена направлений шагов; закрытая перемена с П ногп; закрытая перемена с Л ногп.</p>
3	<p>Простейшие танцевальные вариации:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Вару-Вару». 2. «Локомотив». 3. «Риле» 4. «Ча-ча-ча» 5. «Медленный вальс» 	<p>Соединение можно повторить, все предложенные соединения можно сочетать в любой последовательности.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Вару-Вару» (авторская вариация 10 тактов): 1-2 такты: боковой ход в П п на Л. 3-4 такты: отведение ногп вперед на носок. 5-6 такты: отведение ногп вперед на каблук сначала прямо, затем в П п на Л. 7 -8 такты: подскоки по 4 точкам в одну сторону затем в другую. 9-10 такты: расхождения в паре друг от друга п друг к другу. 2. «Локомотив» - современный танец (композиция 6 тактов): 1 такт: пружинка в ногах; 2 такт: прыжки с вытянутыми коленями и хлопки; 3 такт: поворот с продвижение в П иЛ, 4 такт: движение «паровозик»; 5 такт: выпады с «моторчиком» в руках; 6 такт: «солдатики». 3. «Риле» литовский танец (композиция 8 тактов): п. п. - закрытое положение. 1 такт: основной ход. 2 такт: два двойных хода в повороте. 3 такт: основной ход (на счет «3» положение рук меняется). 4 такт: двойной ход вперед (К и Д удаляются друг от друга и исполняют движение каблучки с поворотом, конечное положение - лицом друг к другу). 5 такт: основной ход. 6 такт: два двойных хода вперед на встречу друг к другу (конечное положение - закрытое положение). 7 такт: два движения каблучки (положение променада, затем контрпроменада).

			<p>8 такт: соло-поворот дамы влево (конечное положение - закрытое положение).</p> <p>4. «Ча-ча-ча» латиноамериканский танец:- тайм степ с моторчиком в руках (открытое положение в паре иапротив друг друга);</p> <p>- осииовое движение с руками в стороиу (открытое положение в паре иапротив друг друга);</p> <p>- осииовой ход вперед (закрытое положение);</p> <p>- осииовой ход назад (закрытое положение).</p> <p>5. «Медленный вальс» европейский танец:</p> <p>- закрытая перемеиа с П иоги;</p> <p>- закрытая перемеиа с Л иоги.</p>
4	Постаиовка и отработка ансамблевого танца.	Артистичиость, характер, маиериость, синхроииость, ритмичиость, изобретательность	«Танец пяти движений», «сочиии свой танец», «свободиый танец», «согласоваииые действия», «последииий хлопок, «зеркало».
5	Танцевально-двигательные и телесио-ориентированные техиики	Релаксация, отвлечение.	Игры: «Сбрось усталость», «стойкий солдатик», «ежики смеются», «возьмите себя в руки».
2 год обучения			
1.	Вводиый урок. Бальний танец и мы.	Правила техиики безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сцене. Правила поведения на уроке. Коикурсы по бальным таицам (структура, содержание, правила). Коикурс по бальиым таицам, отборочиый тур, заход, фииаал, место, судья, участиик.	
2.	Анализ музыкального произведения. Музыкальио-ритмич. упражнения.	Слушаиие музыкального произведения. Определеиие его характера, размера, темпа, дииаамических оттеиков.	Движения в различных темпах, с различной силой, амплитудой. Изучение движений в современном ритме. Упражнения: «Пружиики», «игра с мячом», «тяжелые руки», «мельиица», «поющие руки».
3.	Элементи историко-бытового и современного бальиого	1. Плечо к плечу, чек. 2. Четвертной поворот, правый поворот, лиииия таица.	1. «Ча-ча-ча»латиноамериканский танец:продолжение обучения - плечо к плечу; чек (Пью-Йорк): а) из открытой ПП; б) из открытой ОПП

	<p>танца:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча»: 2. «Медленный вальс» 3. «Самба» 4. «Джайв» 5. «Быстрый фокстрот» 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Променадные положения, положение контрпроменада, пружинящее движение, варпант основного хода, Внск. 4. Полуоткрытое положение, открытое положение, покачивание, шассе. 5. Четвертной поворот. 	<ol style="list-style-type: none"> 2. «Медленный вальс» европейский танец: продолжение обучения. - четвертной поворот с П ноги; четвертной поворот с Л ноги; правый поворот. 3. «Самба» латиноамериканский танец программы: А: закрытое положение; променадные положения (замкнутая позиция рук сохраняется); положение променада, положение контрпроменада; теневое положение. Б: пружинящее движение; пружинящее движение по 6 п; пружинящее движение на шагах и приставках; основной ход; вариант основного хода; Внск. 4. «Джайв» танец латиноамериканской программы: А: закрытое положение; полуоткрытое положение; открытое положение. Б: покачивание; шассе влево; шассе право; шассе вперед; шассе назад; основной ход. 5. «Быстрый фокстрот» европейский танец: М/Р - 4/4, темп быстрый, примерно 52 такта в минуту. Шаги в темпе (М) занимают 2 четверти такта, в темпе (Б) - одну четверть. А: закрытое положение. Б: четвертной поворот вправо (движение состоит из четырех шагов исполняемых в ритме (М-Б- Б-М)).
4.	<p>Простейшие танцевальные вариации:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба». 4. «Джайв». 5. «Быстрый фокстрот» 	<p>Соединение можно повторить, все предложенные соединения можно сочетать в любой последовательности</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча» с добавлением новых элементов. тайм степ с моторчиком в руках (открытое положение в паре напротив друг друга); основное движение с руками в сторону (открытое положение в паре напротив друг друга); основной ход вперед (закрытое положение); основной ход назад закрытое положение); плечо к плечу; чек (Нью-Йорк): а) из открытой ПП; б) из открытой ОПП. 2. «Медленный вальс» с добавлением новых элементов. закрытая перемена с П ногп; четвертной поворот с П ногп; закрытая перемена с Л ногп; четвертной поворот с Л ногп. 3. «Самба ». пружинящее движение по 6 п; пружинящее движение на шагах и прпставках; 1 варпант основного хода; 2 варпант основного

			хода; 3 вариант основного хода; Виск. 4. «Джайв». покачивание; шассе влево; шассе вправо; шассе вперед; шассе назад; основиой ход в закрытом положении; основиой ход в открытом положении; 5. «Быстрый фокстрот» закрытое положение; четвертной поворот по линии танца (движение состоит из четырех шагов исполняемых в ритме (М-Б-Б-М))
5.	Постановка и отработка ансамблевого танца.	Артистичность, характер, манера, синхронность, ритмичность, изобретательность.	«Танец пяти движений», «сочини свой танец», «свободный танец», «согласованные действия», «последний хлопок», «зеркало».
6.	Танцевально- двигатель. и телесно-ориентированные техники.	Релаксация, отвлечение	«Сбрось усталость», «стойкий солдатик», «ежики смеются», «возьмите себя в руки».
3 год обучения			
1	Вводный урок. Подготовка к участию в конкурсах по бальным танцам, проводимых в рамках ФТСР.	Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сцене. Правила поведения на уроке. Стартовый взнос, регистрация участника, квалификационное удостоверение спортсмена.	
2	Закон мышечной памяти. Закон восприятия ритма.	Координация движения, физическая форма, мышцы (растяжение, сокращение, напряжение, расслабление), мышечная память, удар ритма. Закон мышечной памяти: «Мышцы не любят бессмысленных повторений; они должны нагружаться до предела»; Закон восприятия ритма: «Тренировка восприятия и исполнения ритма заключается в том, чтобы научиться предугадывать следующий удар ритма»	Тренировка координации движения; повышение уровня физической формы; тело - инструмент танца. Основиой элемент танца - работа мышц (растяжение, сокращение, напряжение, расслабление). Тренировка мышечной памяти (Запоминание определенных комбинаций сокращений, растягиваний и т. п.).
3	Элементы историко-бытового и	1. Рука в руке, повороты на месте, повороты под рукой, веер, клюшка, алемана.	1.«Ча-ча-ча» латиноамериканский танец: - плечо к плечу; чек (Нью-Йорк):

	<p>современного бального танца:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба» 4. «Джайв» 5. «Быстрый фокстрот» 6. «Венский вальс» 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Левый поворот, спири поворот, перемена хезитейшн, Виск, поступательное шассе (спинкопрованное шассе). 3. Поступательное основное движение, самба ход, ботафого, вольта, вольтовый поворот, сольная вольта, ботафого в теневой позиции. 4. Фоллзвей движение (рок фоллзвей), стой-иди, болл чейндж, звено (рок звено), смена рук за сппной, хлыст. 5. Каблучный пивот, поступательное шассе, правый поворот 6. Правый поворот 	<p>а) из открытой ПП б) из открытой ОПП - рука в руке; - повороты на месте влево и вправо; повороты под рукой влево и вправо; веер; клюшка; алемана (окончание А)</p> <p>а) из открытой позиции б) из познцнн веера</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. «Медленный вальс» европейский танец: - четвертной поворот с П ноги; четвертной поворот с Л ноги; правый поворот; левый поворот; правый спин поворот; правый поворот с хезнтейшн (перемена хезитейшн); Виск; Виск назад; поступательное шассе (спинкопрованное шассе). 3. «Самба» латиноамериканский танец программы: - основное движение (правое и левое); поступательное основное движение; виски влево и вправо; самба ход на месте; самба ход в 00; боковой самба ход; левый поворот; ботафого с продвижением; вольта с продвижением влево и вправо; вольтовый поворот на месте для Д влево и вправо; сольная вольта на месте влево и вправо; ботафого в теневой позиции. 4. «Джайв» танец латиноамериканской программы: - основное движение на месте; основное фоллзвей движение (рок фоллзвей); перемена мест слева на право; перемена мест справа налево; стой-иди; болл чейндж; звено (рок звеио); смена рук за сппной; хлыст. 5. «Быстрый фокстрот» европейский танец: - четвертной поворот вправо; четвертной поворот влево (каблучный пивот); поступательное шассе; правый поворот. 6. «Венский вальс» европейский танец: А: закрытое положение; Б: правый поворот.
4	<p>Простейшие танцевальные вариации:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба». 4. «Джайв». 5. «Быстрый фокстрот» 	<p>Вариация повторяется в течение конкурсией мелодии; вариации можно менять, исходя из способностей учащихся - индивидуальный подход</p>	<p>«Ча-ча-ча» с добавлением новых элементов. К уже изученным элементам добавляются новые элементы (последовательность элементов варьирует в зависимости от подготовленности отдельных пар; индивидуальный подход). «Медленный вальс» с добавлением новых элементов. Вариация 1: - перемена хезнтейшн; правый поворот; закрытая перемена с правой ноги; левый поворот; правый Виск; поступательное шассе (спинкопрованное шассе) из ПП; вторая</p>

			<p>половина правого поворота. «Самба» с добавлением новых элементов. Вариация 1: - самба ход на месте; виски влево и вправо; ботафого в теневой позиции; вольта с продвижением влево и вправо; вольтовый поворот на месте для Д влево и вправо. «Джайв» с добавлением новых элементов. Вариация 1: - основной ход в закрытом положении; основной ход в открытом положении; стой - иди; перемена мест слева на право; - перемена мест справа налево; болл чейндж; «Быстрый фокстрот» с добавлением новых элементов. Вариация 1: - четвертной поворот по линии танца; правый поворот; поступательное шассе;</p>
5	Постановка и отработка ансамблевого танца.	Артистичность, характер, манерность, синхронность, ритмичность, изобретательность	«Танец пяти движений», «сочини свой танец», «свободный танец», «согласованные действия», «последний хлопок», «зеркало».
6	Танцевально-двигат. и телесно-ориентированные техники.	Релаксация, отвлечение	«Сбрось усталость», «стойкий солдатик», «ежики смеются», «возьмите себя в руки».

Предполагаемые результаты.

Первый год обучения.

Ученик к концу первого класса должен:

- знать, для чего нужен предмет; как бальный танец связан с повседневной жизнью;
- знать и соблюдать правила поведения на уроке;
- иметь представление о различных характерах, оттенках, темпах музыки;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм;
- уметь выполнять движения под ритм музыки;
- уметь воспроизводить на шагах и хлопках разнообразные ритмические рисунки;
- знать, что музыкальное произведение состоит из вступления, частей, музыкальных фраз;
- уметь менять движение в зависимости от смены частей, фраз, ритма;
- уметь двигаться в характере музыки;
- исполнять движения на 4-дольный размер;
- уметь различать музыку танцев друг от друга;
- уметь исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, ритмично, в характере;
- знать основные положения в паре в изученных танцах;
- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев;
- уметь различать друг от друга детские бальные танцы, латиноамериканскую и европейскую программу (исходя из изученных танцев).

Второй год обучения.

Ученик к концу второго класса должен:

- знать правила поведения на конкурсе, знать структуру конкурсов по бальным танцам;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь выполнять движения поочередно, вступая;
- знать правильное исполнение движений;
- знать музыкальный размер и темп изучаемых танцев, уметь их отличать друг от друга;
- уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;
- знать основные положения в паре в изученных танцах;
- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре;
- уметь балансировать в ритме вальса;
- уметь ориентироваться на площадке.

Третий год обучения.

Ученик к концу третьего класса должен:

- знать правила поведения на конкурсе, знать структуру конкурсов по бальным танцам;
- уметь слушать музыку, определять ее характер, ритм, темп, динамику, размер, строение;
- уметь выполнять движения поочередно, вступая;
- знать правильное исполнение движений;
- уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере;

- знать основные положения в паре в изученных танцах;
- знать определенную танцевальную терминологию;
- знать и уметь исполнять танцевальные вариации изучаемых танцев, уметь усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов;
- уметь взаимодействовать в паре;
- уметь балансировать в ритме вальса;
- уметь составлять мини-вариации танцев ча-ча-ча, самба, медленный вальс.

Механизм отслеживания знаний, умений и навыков.

№	Тема	ЗУН	Механизм отслеживания
1 год обучения			
1.	Вводный урок. Бальный танец и мы.	Знать, для чего нужен предмет, как бальный танец связан с повседневной жизнью. Знать и соблюдать правила поведения на уроке.	Опрос
2.	Слушание музыки. Музыкально-ритмические упражнения	Иметь представление о различных характерах, оттенках, темпах музыки. Уметь слушать музыку, определять ее характер, темп, динамику. Уметь выполнять движения в различных темпах и с различной силой. Иметь понятие о длительностях. Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долях. Уметь воспроизводить на шагах и хлопках разнообразные ритмические рисунки. Знать, что музыкальное произведение состоит из вступления, частей, музыкальных фраз. Уметь менять движение в зависимости от смены частей, фраз. Умение определять характер различных частей. Навык движения в характере музыки. Знать музыкальный размер и характер марша и др. Уметь различать мелодии различных танцев, определять характер и называть, исполнять движения на 4-дольный размер.	Зачет Опрос Игра
3.	Элементы историко-бытового и современного бального танца: 1. «Вару-Вару». 2. «Локомотив». 3. «Риле» 4. «Ча-ча-ча» 5. «Медленный вальс»	Знать музыкальный размер и темп изучаемых танцев; уметь их отличать друг от друга; Уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере. Знать основные положения в паре. Знать определенную танцевальную терминологию.	зачет
4.	Простейшие танцевальные вариации: 1. «Вару-Вару».	Знать и уметь исполнять простейшие танцевальные вариации изучаемых танцев. Уметь исполнять композиции в такт музыке,	урок

	2. «Локомотив». 3. «Риле» 4.«Ча-ча-ча» 5.«Медленный вальс»	уметь танцевать в выразительно, в характере танца. Уметь взаимодействовать в паре, переключаться от быстрого ритмичного темпа «Вару- Вару», «Локомотива», «Риле» и «Ча-ча-ча» на медленный и размеренный ритм «Медленного вальса»	
5.	Постановка и отработка ансамблевого танца.	Умение танцевать в ансамбле, умение отрабатывать постановки. Знать и выполнять правила поведения на сцене, на концерте, во время поездок на фестивал и конкурса. Умение танцевать ансамблевый танец в характере, эмоционально, синхронно.	Контрольный урок, выступление на сцене, участие в конкурсе, фестивале.
6.	Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники	Умение расслабляться; развитие артистичности, характера, манерности, синхронности, ритмичности, изобретательности.	игра
2 год обучения.			
1.	Вводный урок. Бальный танец и мы.	Знать правила поведения на конкурсе, знать структуру проведения конкурсов, их содержание, приобретенные танцевальные навыки - участие в мннн-конкурсах, проводимых в рамках ФТСР.	участие в мннн-конкурсах
2.	Анализ музыкального произведения. Музыкально-ритмич.упражнения.	Умение анализировать музыку. Уметь слушать музыку, определять ее характер, темп, динамику, размер, строение. Уметь выполнять движения поочередно, вступая. Знать правильное исполнение упражнений.	Слушание музыки, зачет игра
3.	Элементы историко-бытового и современного бального танца: 1.«Ча-ча-ча»: 2. «Медленный вальс» 3. «Самба» 4. «Джайв» 5. «Быстрый фокстрот»	Знать музыкальный размер и темп изучаемых танцев; уметь их отличать друг от друга; Уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере. Знать основные положения в паре. Знать определенную танцевальную терминологию. Усложнять технику танцевания, изученных в прошлом году танцев - изучение новых и более сложных элементов.	Зачет Контрольный урок
4.	Простейшие танцевальные вариации: 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба». 4. «Джайв». 5.«Быстрый фокстрот	Знать и уметь исполнять простейшие танцевальные вариации изучаемых танцев, усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов. Уметь танцевать в паре эмоционально, выразительно, в характере танца. Уметь взаимодействовать в паре, координировать движения друг друга.	Мини- конкурс

5.	Постановка и отработка ансамблевого танца.	Умение танцевать в ансамбле, умение отрабатывать постановки. Знать и выполнять правила поведения на сцене, на концерте, во время поездок на фестивали и конкурсы. Умение танцевать ансамблевый танец в характере, эмоционально, синхронно, музыкально.	Контрольный урок, выступление на сцене, участие в конкурсе, фестивале.
6.	Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники.	Умение расслабляться; развитие артистичности, характера, манерности, синхронности, ритмичности, изобретательности.	игра
3 год обучения.			
1	Вводный урок. Подготовка к участию в конкурсах по бальным танцам, проводимых в рамках ФТСР.	Знать правила поведения на конкурсе, знать структуру проведения конкурсов, проводимых в рамках ФТСР. Знать их содержание, уметь регистрироваться на конкурсах. Приобретение танцевальных навыков - участие в конкурсах, проводимых в рамках ФТСР.	участие в конкурсах, проводимых в рамках ФТСР. участие в
2	Закон мышечной памяти. Закон восприятия ритма.	Уметь тренировать координацию движения; повышать уровень физической формы. Знать, что тело - это инструмент танца. Основной элемент танца - работа мышц (растяжение, сокращение, напряжение, расслабление); Навык тренировки мышечной памяти (запоминание определенных комбинаций сокращений, растягиваний и т. п.) Знать, что мышцы не любят бессмысленных повторений; они должны нагружаться до предела. Умение употреблять эти знания в практике. Знать, что тренировка восприятия и исполнения ритма заключается в том, чтобы научиться предугадывать следующий удар ритма. Практика.	Опрос Зачет
5	Элементы историко-бытового и современного бального танца: 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба» 4. «Джайв» 5. «Быстрый фокстрот» 6. «Венский вальс»	Знать музыкальный размер и темп изучаемых танцев; уметь их отличать друг от друга; Уметь двигаться в такт каждого танца; исполнять изученные элементы танцев четко, эмоционально, выразительно, в характере. Знать основные положения в паре. Знать определенную танцевальную терминологию. Усложнять технику танцевания изученных в прошлом году танцев (продолжение обучения)- изучение новых и более сложных элементов. Умение балансировать и держать координацию в танцах в ритме вальса. Навык уже более сложного, более продуманного и осознанного танцевания. Появление манерности.	Зачет Контрольный урок

6	<p>Простейшие танцевальные вариации:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ча-ча-ча» 2. «Медленный вальс» 3. «Самба». 4. «Джайв». 5. «Быстрый фокстрот» 	<p>Знать и уметь исполнять простейшие танцевальные вариации изучаемых танцев, усложнять изученные вариации за счет введения новых элементов. Уметь танцевать в паре эмоционально, выразительно, в характере танца. Уметь взаимодействовать в паре, координировать движения друг друга.</p>	<p>мнни-конкурс, участие в открытых чемпионатах в группе «Начинающие»</p>
7.	<p>Постановка и отработка ансамблевого танца.</p>	<p>Умение танцевать в ансамбле, умение отрабатывать постановки. Знать и выполнять правила поведения на сцене, на концерте, во время поездок на фестивали и конкурса. Умение танцевать ансамблевый танец в характере, эмоционально, синхронно, музыкально.</p>	<p>Контрольный урок, выступление на сцене, участие в конкурсе, фестивале.</p>
8.	<p>Танцевально-двигательные и телесно-ориентированные техники.</p>	<p>Умение расслабляться; развитие артистичности, характера, манерности, синхронности, ритмичности, изобретательности.</p>	<p>Игра</p>

Список литературы:

1. Гвидо Регацони, Массимо Анджело Росси, Алессандро Маджони, «Учимся танцевать Бальные танцы» М. 2001 г.
2. Гвидо Регацони, Массимо Анджело Росси, Алессандро Маджони, «Учимся танцевать Латино – Американские танцы» М. 2001 г.
3. Шаймарданова И.В. курс лекций по учебной дисциплине «Бальный танец» 2008 г.
4. «Бальные танцы» Москва 1984 г.

Эстрадный танец.

Программа по эстраднему танцу основана на джаз-танце и направлена на развитие у детей всех групп мышц, не занятых в других видах хореографии, развитие ритма, приобретение основных навыков в этом виде хореографии. В джаз-танце освоение техники полиритмии, полицентрического движения основано на изоляционном движении. Основные константы танца модерн – время, пространство, энергия. Этот вид хореографии использует все анатомические возможности движения в танце, поэтому даёт большую физическую нагрузку. Преподавателю рекомендуется во время занятий учитывать индивидуальные психофизические особенности ученика, с учётом половых особенностей.

Занимаясь хореографией вообще и современным танцем в частности, ребенок не только овладевает техникой и приобретает художественное мастерство, но и учится раскрывать свой внутренний мир средствами пластики; появляется индивидуальность и свобода сценического поведения.

Основная **форма** обучения – *учебное занятие* – нацелена на теоретическое и практическое освоение знаний, умений и навыков в области современного танцевального искусства.

- Видеоуроки, экскурсии, сообщения создают условия для развития способности слушать и слышать, видеть и замечать, концентрироваться, наблюдать и воспринимать.
- Организация игровых ситуаций, состязаний учит приобретать опыт взаимодействия, принятия решения, ответственности за него.
- Различные конкурсы и смотры помогают доводить работу до результата, фиксировать успех, демонстрировать собственные достижения и достойно воспринимать достижения других детей.
- Домашнее задание помогает приобретать опыт самостоятельной художественной работы (постановка задач, планирование действий, достижение и анализ результата).

Безусловным является использование в образовательном процессе **традиционных методов и приемов** обучения, эффективность которых проверена веками педагогической практики. Это вербальные *методы* (устный рассказ, описание, объяснение), наглядные (демонстрация, использование фотографий, иллюстраций, карточек, видеозаписи) и практические (упражнение, приучение).

Среди многообразия *приемов* наиболее значимыми являются: синхронное и зеркальное восприятие; речь, опережающая события; речь, подтверждающая действия; перевод из одного пространства в другое (смена площадок) и др.

Все эти приемы используются с детьми подготовительной группы. Далее обучение современной хореографии предполагает использование различных **инновационных методов и приемов** для того, чтобы они не просто использовали лексику современного танца в готовом виде, а изобретали собственный язык, особый индивидуальный образ. Это обязательное использование на занятии по модерн-джаз танцу блока *импровизации*. Её можно и нужно давать сразу, когда техники еще нет никакой. В модерне широко используется включение элементов импровизации в профессиональные постановки, когда танец рождается прямо на глазах у зрителя. Такие моменты делают его живым и непредсказуемым. Еще один из приёмов, помогающий ребенку «заглянуть в себя» — это полное *исключение из употребления зеркала*. Учащиеся должны сознавать все свои жесты только изнутри. Они не должны ни видеть, ни сознавать себя снаружи (методика Е.И. Рабенек). Для развития гибкости воображения учащихся, используется выполнение учащимися индивидуальных и групповых *пластических этюдов*. Например, детям дается задание превратиться из одного образа в другой: зернышко вырастает в цветок, лягушка превращается в принцессу и т.д. Этюды закрепляют навыки, полученные в упражнениях, показывают, насколько точно и правильно ребенок может выполнить поставленную перед ним задачу.

Программа рассчитана на 4 года обучения. Первый год обучения - 1 раз в неделю по 1 часу; второй - четвертый год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу.

Цель: формирование устойчивых знаний, умений, навыков по современному и эстраднему танцу, составляющих основу допрофессиональной подготовки учащихся, развитие индивидуальности детей средствами хореографического искусства,

Задачи:

- обучить основам профессиональных знаний эстрадного танцора, навыкам джаз-танца;
- создать условия для сохранения и укрепления здоровья воспитанников;
- воспитывать значимые качества личности: гражданственность, чувство патриотизма, этническую толерантность, трудолюбие, волевые качества, ответственность, уважение к правам и свободам человека, бережное отношение к природе, любовь к семье, к Родине;
- создать условия для формирования у детей нравственных ориентиров, идеалов, потребности поиска своего места в социуме, профессионального самоопределения;
- развивать музыкально-ритмическое пространство, координацию, выносливость, силу и физические данные учащихся.
- способствовать формированию коммуникативных навыков через коллективно-творческую деятельность;
- способствовать эстетическому и нравственному развитию, приобщать учащихся к эстрадной танцевальной культуре.

**Учебно-тематический план.
1-й год обучения.**

№ п/п	Название разделов и тем	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.	5	3,5	1,5
1.	Вводное занятие.	1	1	
2.	История танца.	2	2	
3.	Музыкальная грамотность.	1	0,5	0,5
4.	Дыхание и движение.	1		1
2.	Кордннационно-ритмическне основы танца.	20	2	18
1.	Разминка по кругу.	4,5	0,5	4
2.	Партерная гимнастика.	4,5	0,5	4
3.	Экзерсис на средние.	4,5	0,5	4
4.	Прыжкн.	6,5	0,5	6
3.	Базовые элементы детского сюжетного танца, пространственное ориентирование.	10	1	9
1.	Танцевальные элементы.	5	0,5	4,5
2.	Передвижение в пространстве.	5	0,5	4,5
4.	Итоговое занятие	1		1
	ИТОГО:	36	5,5	30,5

2-й год обучения.

№ п/п	Название разделов и тем	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.	5	3	2
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5
2.	История таецевальных стилей «Диско» и «Хип-хоп».	1	1	-
3.	Азбука музыкально-пластического движения.	2	1	1
4.	Осиовы организации правильного дыхания.	1	0,5	0,5
2.	Кордннационно-ритмнческне оснoвы танца.	20	3	17
1.	Разминка по кругу.	2	0,5	1,5
2.	Экзерсис у стайка.	4	0,5	3,5
3.	Экзерсис на середине.	4	0,5	3,5
4.	Партерная гимнастика.	4	0,5	3,5
5.	Прыжки.	4	0,5	3,5
6.	Танцевальный блок.	2	0,5	1,5
3.	Базовые элементы танцевальных стилей «Диско», «Хип-хоп».	32	4	28
1.	Осиовиые технические принципы и элементи движенияй таица «Диско».	10	1	9
2.	Специфика исполнения и базовые элементы движенияй танца «Хип-хоп».	10	1	9
3.	Музыкальио-простраиствеиные композиции.	6	1	5
4.	Работа над техникой исполнения движенияй и композиций.	6	1	5
4.	Танцевальная импровизация.	14	0	14
1.	Пластический образ.	4		4
2.	Танцевальные фантазии с предметами.	5		5
3.	Танец-картинка (сюжетная импровизация)	5		5
5.	Итоговое занятие	1	0	1
	ИТОГО:	72	10	62

3-й год обучения.

№ п/п	Название разделов и тем	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.	5	3	2
1.	Вводное занятие.	1	1	-
2.	История джазового танца.	1	1	-
3.	Азбука музыкально-пластического движения.	2	1	1
4.	Дыхание и движение.	1	-	1

2.	Кординационно-ритмические основы эстрадно-джазового танца.	20	3	17
1.	Экзерсис на середине.	2	0,5	1,5
2.	Партерная гимнастика.	4	0,5	3,5
3.	Прыжки.	4	0,5	3,5
4.	Передвижение в пространстве.	4	0,5	3,5
5.	Танцевальный блок.	4	0,5	3,5
3.	Джазовый танец.	32	4	28
1.	Ритм и координация движений.	10	1	9
2.	Разнообразие типов джаза.	10	1	9
4.	Музыкально-пространственные композиции.	6	1	5
5.	Работа над техникой исполнения.	6	1	5
4.	Танцевальная импровизация.	14	1,5	12,5
1.	Музыкально-ритмический контраст.	4	0,5	3,5
2.	Беззеркалье. Танец внутри.	5	0,5	4,5
3.	Танец + Эмоция. «Раскраска».	5	0,5	4,5
5.	Итоговое занятие	1	0	1
	ИТОГО:	72	11,5	60,5

4-й год обучения.

№ п/п	Название разделов и тем	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.	3	3	0
1.	Вводное занятие.	1	1	-
2.	История модерн-джаз танца.	1	1	-
3.	Азбука модерн-джаз танца.	1	1	-
2.	Технические основы и принципы движения модерн-джаз танца.	54	4	50
1.	Разогрев у стойки.	6	-	6
2.	Разогрев на середине.	6	-	6
3.	Разогрев в партере.	6	-	6
4.	Изоляция.	9	1	8
5.	Координация.	9	1	8
6.	Уровни.	9	1	8
7.	Кросс.	9	1	8
3.	Импровизация.	14	1	13
1.	«Беззеркалье».	8	-	8
2.	Многообразие выразительных средств музыкально-пластического движения.	6	1	5
4.	Итоговое занятие	1	0	1
	ИТОГО:	72	8	64

**Содержание программы.
1-й год обучения.**

№ п/п	Раздел, тема.	Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения. (20 ч.)		
1.	Вводное занятие.	Ознакомление учащихся с программой, расписанием и репертуарным планом. Инструктирование учащихся по ОТ и ТБ.	
2.	История танца	Танец и хореография; их зарождение и развитие; значение хореографического искусства. Жанры хореографии; танцевальные стили и направления.	
3.	Музыкальная грамотность.	«Музыкальная фраза» Форте, пиано Темп, ритм Вступление, основная часть, заключение. Сильная, слабая доля Музыкальный размер	Слушание музыки. Основные характеристики музыкального произведения. Структура музыкального произведения. Сильная и слабая доля. Музыкальный размер 2/4.
4.	Дыхание и движение.		Значение правильного дыхания на занятиях хореографией. Способы дыхательного самоконтроля. Система дыхательных упражнений (по методике Дмитриева Л.Б.)
2.	Кордннационно-ритмческне основы танца.		
1.	Разминка по кругу.	Осанка. Интервал. Равномерность движений. Направление движения. Координация. Выворотность Ритм и движение. Предел.	Танцевальный шаг. Ходьба на полу пальцах, на пяточках, на внешней и внутренней стороне стопы. Координация ходьбы с различными движениями рук, плеч, головы. Сочетание шагов и хлопков с различной периодичностью. Движение по и против часовой стрелки. Бег простой, с высоким подниманием коленей, с прямыми ногами вперед и назад. Сохранение осанки при движении. Развитие ритмической памяти и слухового внимания.
2.	Партерная гимнастика.	Вытягивание и сокращение. Выразительность движений. Стретчинг. Выворотность.	Комплекс упражнений для развития стоп. Упражнения для рук и ног. Развитие гибкости («кошечка», «лодочка», «коробочка»,

			«колобок», «лягушка», «кннжка», «березка», «неваляшка».) Шпагаты (Все виды), «канат».
3.	Экзерсис на середине.	Ход игр: «У маленькой Мэри» «Мистер Фостер». Равновесие. Исходное положение. Выпад. Мах.	Упражнения для правильного формирования осанки. Упражнения для шеи, головы. Рук, плечевого пояса, туловища, ног. Упражнения для равновесия. Упражнения для развития музыкально-ритмического восприятия.
4.	Прыжки.	Легкий прыжок. Чередование. Сохранение осанки в прыжке. Дыхание и прыжки.	Прыжки на одной, двух ногах, попеременно. Сочетание прыжков и движений рук. Различные виды прыжков со скакалкой. Игра «Я – мячик». Бег на месте с координацией рук.
3.	Базовые элементы детского сюжетного танца, пространственное ориентирование.		
1.	Танцевальные элементы.	Легкий шаг с носочка. Подскок. Галоп боковой. Приставной шаг. Высокий шаг. Легкий бег.	Разучивание основных шагов детского сюжетного танца. Подскоки. Основные виды бега в танце. Разучивание положений и движений рук. Сочетание различных танцевальных элементов в единую композицию.
2.	Передвижение в пространстве.	Дистанция. Перестроение. Диагональ. Колонна. Рисунок. Точка, следование.	Движение по и против часовой стрелки. Основные перестроения из большого круга (в 2 круга, в 1 п 2 линии). Повороты по ¼. Движение по диагонали. Змейка.
4.	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

2-й год обучения.

№ п/п	Раздел, тема.	Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.		
5.	Вводное занятие	Ознакомление учащихся с программой объединения. Обучение основным	Инструктирование учащихся по ОТ п ТБ.

		принципам само- и взаимоконтроля	
6.	История танцевальных стилей «Диско» и «Хип-хоп».	Возникновение и развитие танцевального стиля «Диско» История и развитие современной «Хип-хоп-культуры». Твист Мэдисон, фруг Брэйк-дайс Стрит-дайс	
7.	Азбука музыкально-пластического движения.	Принципы построения музыкального произведения. Части и формы музыкального произведения. Характер музыки. Затакт.	Слушание и разбор танцевальной музыки. Знакомство с музыкой различных стилей и жанров. Музыкальный размер 2/4, 4/4. Движение под музыку в этих размерах. Такт. Затакт. Работа со словариком.
4.	Основа организации правильного дыхания	Вдох, пауза, выдох. Задержка дыхания.	Разучивание комплекса упражнений по системе трехфазного дыхания.
2.	Координационно-ритмические основы танца		
1.	Разминка по кругу.	Легкость бега Смена направления движения Кросс Координация Виды бега	Сохранение правильной осанки при движении. Координация различных видов шагов со сложными движениями рук, сочетаниями движений головы, рук, плеч. Виды бега: «елочка», «метелочка», по спирали, задний ход. Развитие ритмической памяти и слухового внимания.
2.	Экзерсис у станка.	Arabesque Battement tendu jete Demi-plie Tour chanes En Dedans En Dehors Flex Attitude	Разучивание элементов классического тренажа в эстрадном характере. Разучивание комбинаций, состоящих из изученных элементов. Включение в работу всего корпуса, комплекса растяжек. Контрольное исполнение.
3.	Экзерсис на середине	Контракция Центр движения Вытягивание Самоорганизация.	Контракция. Ее виды и значение. Организация правильного дыхания во время исполнения контракции. Разучивание упражнений для развития равновесия в движении. Развитие гибкости и эластичности всех частей тела. Игровой самомассаж с

			речитативом «Здравствуйте, пальчики!». Контрольное исполнение упражнений.
4.	Партерная гимнастика	Вытягивание Точность исполнения Счет движения Растягивание	Упражнения на выворотность и гибкость («улитка», «медуза», «березка», «неваляшка» и др. Упражнения на пропластники на укрепление мышц живота и спины: «орешек», «морская звезда», «велосипед», «кобра» и др. Стретчинг-система статических растяжек. Организация правильного дыхания при выполнении растягивающих упражнений.
5.	Прыжки	Выворотность Переход с носка на пятку при завершении прыжка. Прямая спина в прыжке Устойчивость	Правила выполнения прыжка. Прыжки с 2-х ног на 2 (по 6-й, 1-й, 2-й позициям.) Прыжки с 2-х ног на одну. Прыжки с одной ноги на другую. Прыжки комбинированные.
6.	Танцевальный блок	Точность исполнения движений и танцевальных элементов. Танцевальность.	Образно-танцевальные упражнения «Воробьиная дискотека». Разучивание ритмического танца «Большая стирка». Разучивание парного ритмического танца «Вару-Вару». Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака». (с лентами)
3.	Базовые элементы современных танцевальных стилей «Диско» и «Хип-хоп»		
1.	Основные технические принципы и элементы движений детского танца в стиле «Диско».	Галоп «понн» «твист» «Мэдисон» «Фруг»	Основные положения, движения и комбинации движений рук. Базовые шаги по направлениям движений. Эмоциональная выразительность в танце. Разучивание танцевального этюда в стиле «Диско».
2.	Специфика исполнения и базовые элементы движений танцевального стиля «Хип-хоп».	Раскачивание Джексон Шаг-скольжение Фиксация Четкость исполнения Танцевальность	Особенности музыкального ритма «Хип-хоп»-«Street-dance» Техники «раскачивания». «Раскачивание» на «плие» (вертикально). Координация с движениями рук и головы. Основной шаг с подскоком-«Джексон». Различные варианты исполнения данного танцевального элемента: с возвратом, с фиксацией, двойной, с сокращенной стопой. Координация с различными движениями рук.

			Особенности пластики рук в стиле «Хип-хоп» (стрит). Базовые положения. Шаг «скольжения». Изучение танцевальных элементов на основе данного движения.
3.	Музыкально-пространственные композиции	Точность воспроизведения «Мышечная» память Внимательность	Разучивание хореографической картинки «Модный танец» с использованием элементов стиля «Хип-хоп» Разучивание танцевальной картинки «Диско-дискотека». Работа над пластической выразительностью.
4	Работа над техникой исполнения движений и композиций		Основные точки танцевальной площадки. Игра «Командир». Эмоциональная наполненность танцевального номера. Контрольное исполнение.
4.	Танцевальная импровизация.		
1.	Пластический образ		Упражнения на повторение «движений» растений. Упражнения на повторение движений животных. Воображаемые образы «дерево», «розочка», «кошечка», «лягушка», «змея», «олень». «лебедь»
2.	Танцевальные фантазии с предметами		Танцевальный этюд с веером. Игра «Аукцион движений». Танцевальный этюд по выбору. Музыкально-пластический образ Ритмическое мышление Танцевальная картинка «Мы такие разные» с рамкой 30/40 см.
3.	Танец-картинка.		Сюжетная импровизация через использование креативной гимнастики: «Выставка картин», «Магазин игрушек», «В гостях у сказок», «Прохожий и фоиари», «Люди и роботы».
5.	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

3-й год обучения.

№ п/п	Раздел, тема.	Теория	Практика
1.	История и терминология музыкально-пластического движения		
1.	Вводное занятие	Ознакомление учащихся с программой объединения на учебный год. Значение ОТ и ТБ. Инструктирование учащихся по ОТ и ТБ (повторный инструктаж)	
2.	История джазового танца	Афро-американские истоки джазового танца, получившие развитие в хореографии Айседоры Дункан. Типы джаз-танца. Основатели джаз-танца Джаз-рок Фанк-джаз Бродвейский джаз	
3.	Азбука музыкально-пластического движения	Поза Кололапса Активное продвижение исполнителя в пространстве Изоляция Полиритмия Синкопированный ритм	Принципы движения джаз-танца (по Кэтрин Даихэм) Знакомство с джазовой музыкой и современной обработкой джазовых произведений.
4.	Дыхание и движение		Координация дыхания с джазовыми упражнениями. Использование верхней и нижней частей легких. Три фазы дыхания Дыхательные упражнения.
2.	Координационно-ритмические основы джазового танца		
1.	Экзерсис на середине	Свинг Спираль Волиа Амплитуда Press-position Jazz-hand Prance Kick Flat bach Table top Bodj roll	Джазовые упражнения на растяжку основных групп мышц. Изолированные движения отдельных частей-центров: голова-шея, плечевой пояс, грудная клетка, таз, бедра, руки и ноги. Джазовая походка (отработка на месте) Джазовая походка с разворотом. Отработка позы Коллапса. Джазовые позиции рук. Джазовые позиции ног. Упражнения для подвижности стопы. Свиговые раскачивания (разогрев тазобедренной части) Джазовые упражнения для позвоночника.

2.	Партер	Твист Спираль Контракция Падение Перекал	Разучивание развернутых комбинаций с использованием изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали контракция, релиз), падений и подъемов, перекалов, кувырков, колес.
3.	Прыжки	Акцент в прыжке Jump Leap Иор Высота прыжка Легкость прыжка	Прыжки с двух ног на две. Прыжки с одной ноги на другую с продвижением. Прыжки с одной ноги на ту же. Прыжки с двух ног на одну. Исполнение прыжков с акцентом вверх и с акцентом вниз. Трансформация прыжков, заимствованных из классического танца (при невыворотных позициях ног) Исполнение прыжков в сочетании с шагами и вращениями.
4.	Передвижение в пространстве	Flat step Camel walk Latin walk Ча-ча-ча Связующий шаг	Исполнение всех видов джазовых шагов. Шаги в рок манере. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере. Использование связующих шагов. Объединение различных шагов в комбинации.
5.	Танцевальный блок	Полифония Комбинация Рисунок Танцевальность	Разучивание развернутых комбинаций в партере. Комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии (РЭП, вог, брейк) Использование определенного рисунка в построенной комбинации. Её танцевальность.
3. Джазовый танец			
1.	Ритм и координация движений – важнейшие аспекты танца джаз	Ритмическое мышление Синкопа	Согласование движений с ритмом музыки. Синкопированный ритм – основа джаз – танца. Особенности движения в ритме синкопы.
2.	Разнообразие типов джаза	Популяризация элементов джаза. Динамичность Эмоциональность.	Принципы и характер движений в стиле джаз-рок . Принципы и характер движений в стиле фанк-джаз . Традиционный, соул и афрокарпбский джаз. Яркий и изысканный бродвейский джаз.

3.	Музыкально-пространственные композиции Создание полифонических этюдов.	Танцевальность Соответствие стилю Хореографическая лексика Полифония	Разучивание комбинаций на основе стиля джаз-рок. (32 такта) Разучивание комбинации на основе стиля фанк-джаз. (32 такта) Разучивание отрывка из мюзикла «Весь этот джаз» Боба Фосса. (64 такта) Соединение нескольких комбинаций в единый хореографический этюд.
4.	Работа над техникой исполнения	Самоконтроль Выразительность Точность хореографического текста	Использование средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Строгое соблюдение точности хореографического текста.
4.	Танцевальная импровизация		
1.	Музыкально-ритмические контрасты	Ритмический рисунок Контрастное построение Динамические оттенки Согласованность	Использование при создании импровизированных отрезков музыкального материала с резкой сменой ритмического рисунка и характера произведения. Согласованность динамических оттенков в музыке и соответствующих движений танцовщика.
2.	Беззеркалье. Танец внутри тебя	Самовыражение «Душевная» импровизация Средства выражения внутреннего мира	Радость свободного движения Изучение методики Е. Ребенек. Первичная роль душевного настроения и вдохновения в импровизации. Поэтапная импровизация. 1 этап – «душевная» импровизация через слушание и личное эмоциональное восприятие муз. материала. 2 этап – двигательная импровизация через создание собственного музыкально-пластического образа. Настоящий голос танцовщика – это его тело.
3.	Эмоциональная составляющая танцевальной композиции	Творческая ответственность Эмоциональность	Роль и место высокой духовной организации танцовщика в передаче средствами танца ощущения жизни зрителю. «Раскраска» танцевального номера.
5.	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

4-й год обучения.

№ п/п	Раздел, тема	Теория	Практика
1.	История и терминология модерн-джаз танца		
1.	Вводное занятие	<p>Ознакомление учащихся с программой объединения на учебный год.</p> <p>Инструктирование учащихся по ОТ и ТБ (повторный инструктаж)</p> <p>Повторение основных принципов само- и взаимоконтроля.</p>	
2.	История модерн-джаз танца	<p>Африканские корни джаз-танца.</p> <p>Основоположники и история развития танца модерн.</p> <p>Объединение техники танца модерн и джазового танца в систему «хинди-джаз» (Джек Коул)</p>	
3.	Азбука модерн-джаз танца	<p>Технические принципы модерн-джаз танца:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принципы движения, заимствованные из джаз-танца. 2. Принципы движения, заимствованные из танца джаз. <p>Основные позы рук в модерн-джаз танце.</p> <p>Основные позиции ног в модерн-джаз танце.</p> <p>Свинговое раскачивание.</p> <p>Позиция Flat back. Спираль</p> <p>Основные положения (Bodi roll, Tilt, Twist)</p> <p>Работа со словариком (терминология модерн-джаз танца)</p> <p>Активное продвижение по горизонтали и по вертикали</p> <p>Изоляция. Полиритмия.</p> <p>Индивидуальные импровизации. Кросс. Комбинации и импровизации.</p> <p>Названия основных позиций и положений.</p>	

2. Технические основы и принципы движения модерн-джаз танца.		
1.	Разогрев у станка	<p>Перегибы и наклоны торса. Растяжки (упражнения стрэтч – характера). Demi – plie, grand – plie по параллельным и выворотным познциям. Упражнения для разогрева стопы и голеностопа.</p>
2.	Разогрев на середине зала	<p>Flat back. Deep bodi bend. Twist Спиралн и изгибы торса. Наклоны Упражнения на напряжение и расслабленне. Упражнения для разогрева позвоночннка. Упражнения, заимствованные из урока классического танца.</p>
3.	Разогрев в партере	<p>Hing release. Arch, Low bach. Curve. Упражнения для позвоночннка. Упражнения стрэтч-характера. Упражнения для разогрева стопы и голеностопа.</p>
4.	Изоляция	<p>Движения нзолнрованных центров Комбннацнн нзолнрованных центров</p> <p>Глубокая работа с мышцами различных частей тела при изоляции. Достнженне достаточной свободы позвоночника – держание позы Коллапса. Упражнения. Соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг. Соединение движений одного центра в более сложные геометрические комбинации, более сложные рнтмческне структуры. Изучение движений основных нзолнрованных центров: голова, плечн, грудная клетка, пэлвнс, руки, ноги.</p>
5.	Координация	<p>Принцип нмпульса Принцип управления Движение в оппозицию</p> <p>Основные прннцпы координации: принцип нмпульса, принцип управления. Координация нзолнрованных центров в едином параллельном двнженнн. Координация нзолнрованных центров при движении в оппозицню, введение сложного ритмического рисунка. Координация нескольких центров во время передвижения.</p>
6.	Уровнн	<p>Понятие « уровень». Основные уровнн</p> <p>Изучение основиых уровней модерн-джаз танца: стоя, сидя на корточках,</p>

		Акробатические уровни Смена уровней	стоя на коленях, сидя и лёжа. Изучение акробатических уровней: шпагаты, «мост», стойка на руках, стойка на лопатках, колесо. Использование упражнений на изоляцию на различных уровнях. Использование упражнений стретч-характера на нижнем уровне. Дополнительный тренаж на координацию
7.	Кросс. Передвижение в пространстве.	Flat step Camel walk Latin walk Step ball change Jump Leap	Виды движений кросса: шаги, прыжки, вращения. Изучение шагов прпмитива. Координация шагов прпмнтнва с движениями разлчных центров. Изучение шагов в модерн-джаз манере. Бег «против ветра», триплет и др. Изучение прыжков с двух ног на две, с одной ногп на другую с продвижением. Изучение основных видов поворотов: на 2-х ногах, на одной ноге.
3.	Импровизация		
1.	Беззеркалье		Создание музыкально-пластического, художественного образа через свободное движение на основе глубокого эмоционального восприятия музыки. Творческая работа в группах «Кривое зеркало» (создание этюдов-контрастов) Творческая работа в группах «Оригинальное сопровождение танца» (создание этюдов под шуршание страниц, чтение прозы, и поэзии, мяуканье, стук посуды и т.п)
2.	Многообразие выразительных средств музыкально-пластического движения.	Двигательный образ Выразительные средства Ритмическое мышление	Совершенствование умений и навыков самостоятельно создавать двигательный образ, соответствующий характеру музыки. Развитие внимания, воображения и творческой фантазии. Использование дополнительных средств выразительности при импровизации (газовый шарф, ткань, элемент костюма и т.д.)
4.	Итоговое занятие		Показ. Самоконтроль.

Предполагаемые результаты.

К концу 1-го года обучения дети должны усвоить координационно-ритмические основы эстрадных танцев (стили «Диско», «Хип-хоп»), уметь создавать собственные музыкально-пластические образы, которые будут использованы ими при постановке одного концертного номера. На этом этапе обучающиеся среднего и высокого уровня подготовки должны показать свое мастерство на конкурсе городского уровня.

К концу 2-го года обучения юные танцоры должны знать и уметь использовать терминологию джазового танца, владеть его базовыми элементами и качественно применять их в постановке 2-х номеров - концертного и конкурсного, с которыми дети принимают участие в конкурсах Регионального уровня. Кроме того, воспитанники студии должны научиться самоорганизовать личное эмоциональное пространство, создавая собственный индивидуальный образ.

К концу 3-го года обучения, в течение которого обучающиеся проходят одготовительный уровень модерн-джаз танца, они должны знать и применять основные технические принципы данного направления хореографии при решении сложных творческих задач в ходе постановочной и репетиционной работы над двумя танцевальными композициями. Конкурсный уровень этих воспитанников – Республиканский. На этой ступени дети должны принимать участие в постановке номеров не только как исполнители, но создавать индивидуальные образы в ходе импровизаций, включенных в композицию танца.

К концу 4-го года обучения воспитанники студии должны освоить базовый уровень модерн-джаз танца, изучить структуру и правила построения композиции танца, а также должны разработать и защитить собственные творческие проекты. Важным умением, которым овладевают воспитанники – это работа с детьми 1-го года обучения. Старшие обучающиеся готовят для младших воспитательные мероприятия, ставят с ними танцевальные этюды и своим примером учат позитивному, творческому общению. На хореографических конкурсах Республиканского и Российского уровня обучающиеся должны представить два танцевальных номера.

Механизм отслеживания знаний, умений и навыков.

1-й год обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Знания, умения, навыки	Механизм отслеживания результатов
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.		
1.	Вводное занятие.	Знание правил по ОТ и ТБ на занятиях хореографией.	Опрос.
2.	История танца.	Знание понятий «танец», «хореография»; жанров, стилей и направлений хореографического искусства, истории зарождения и развития танца.	Викторина «Исторический дневник танца».
3.	Музыкальная грамотность.	Знание основных характеристик музыкального произведения, его структуры, умение делать разбор музыкального произведения.	Практикум.
4.	Дыхание и движение.	Знание значения правильного дыхания на занятиях хореографией, умение осуществлять дыхательный самоконтроль.	Опрос. Практикум. Пед. Наблюдение.
2.	Координационно-ритмические основы танца.		
1.	Разминка по кругу.	Знание основных видов танцевальных шагов и бега, умение сочетать их с простыми движениями рук, плеч, головы, сохранять правильную осанку при движении. Умение безошибочно выполнять все изученные положения и упражнения, входящие в разминочный комплекс по кругу.	Аукцион движений. Педагогическое наблюдение.
2.	Партерная гимнастика.	Умение точно выполнять все упражнения, включенные в учебно-тренировочный комплекс в партере.	Педагогическое наблюдение. Практикум.
3.	Экзерсис на середине зала.	Умение правильно выполнять все упражнения, включенные в учебно-тренировочный комплекс на середине зала.	Педагогическое наблюдение. Практикум.
4.	Прыжки.	Умение точно выполнять основные виды прыжков, учитывая правильное положение стопы и голеностопа, координируя с движениями рук.	Педагогическое наблюдение. Практикум. Зачет по разделу.
3.	Базовые элементы детского сюжетного танца, пространственное ориентирование.		
1.	Танцевальные элементы	Знание и умение точно выполнять элементы детского сюжетного танца.	Аукцион движений.
2.	Передвижение в пространстве	Знание основных построений, перестроений и передвижений в зале в различных направлениях, умение соотносить пространственные построения с музыкой.	Практикум.
4.	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольный урок.

2-й год обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Знания, умения, навыки	Механизм отслеживания результатов
1.	История и терминология музыкально-пластического движения.		
1.	Вводное занятие	Знание правил по ОТ и ТБ на занятиях по хореографии, основных принципов само- и взаимоконтроля.	Опрос
2.	История танцевальных стилей «Диско» и «Хип-хоп»	Знание истории возникновения и развития танцевального стиля «Диско», истории и развития современной «Хип-хоп» - культуры.	Викторина «Исторический дневник танца»
3.	Азбука музыкально-пластического движения.	Знание принципов построения музыкального произведения, музыкальных размеров 2/4 и 4/4, понятий «такт», «затакт». Умение двигаться под музыку изученных размеров, начинающуюся с затакта.	Опрос Педагогическое наблюдение
4.	Основы организации правильного дыхания.	Умение грамотно выполнять комплекс дыхательных упражнений по системе трехфазного дыхания.	Практикум
5.	Контрольно-проверочное занятие по разделу.	Знание основных понятий и терминов, изученных в разделе. Умение применять изученный материал на практике с целью формирования устойчивых навыков.	Выполнение тестовых заданий.
2.	Координационно-ритмические основы танца.		
1.	Разминка по кругу.	Знание и умение выполнять различные виды шагов со сложными движениями рук, сочетаниями движений головы, рук, плеч, видов бега «ёлочка», «метёлочка», по спирали и др.	Аукцион движений Педагогическое наблюдение
2.	Экзерсис у станка	Знание и умение грамотно выполнять базовые элементы разогрева у станка, комбинации, состоящие из изученных элементов.	Педагогическое наблюдение
3.	Экзерсис на середине зала	Знание и умение правильно выполнять основные элементы разогрева на середине зала (контракция, равновесие)	Педагогическое наблюдение Практикум
4.	Партерная гимнастика	Умение выполнять упражнения на выворотность и гибкость, на укрепление мышц живота и спины, растягивающие упражнения.	Практикум
5.	Прыжки	Знание правил (алгоритма) выполнения правильного прыжка, умение правильно выполнять все виды прыжков.	Прыжки
6.	Танцевальный блок	Знание последовательности и принципов исполнения танцевальных элементов, включенных танцевальные упражнения и ритмические танцы.	Танцевальный марафон «Dance-подиум»
7.	Контрольно-проверочное занятие по разделу.	Знание основных понятий и терминов, изученных в разделе. Умение применять изученный материал на практике с целью формирования устойчивых навыков.	Выполнение тестовых заданий.

3. Базовые элементы танцевальных стилей «Диско» и «Хип-хоп»			
1.	Освоение технических принципы и элементы движений детского танца в стиле «Диско»	Знание и умение безошибочно выполнять основные положения рук, базовые шаги, эмоционально и выразительно выполнять танцевальный этюд в стиле «Диско».	Практикум Аукцион движений
2.	Специфика исполнения и базовые элементы движений танцевального стиля «Хип-хоп»	Знание особенностей метроритма изучаемого музыкального стиля, умение выполнять различные виды раскачивания, основные шаги, пластику рук. Использование изученных элементов и позы при исполнении танцевального этюда в стиле «Хип-хоп»	Практикум Педагогическое наблюдение
3.	Работа над точностью хореографического текста	Знание хореографической лексики танцевальных композиций, умение эмоционально наполнять танцевальный образ с помощью пластики движений и мимики.	Мини-марафон
4. Танцевальная импровизация.			
1.	Пластический образ	Умение фантазийно исполнять упражнения на повторение движений растений и животных	Спектакль-импровизация «Флора и фауна»
2.	Танцевальные фантазии с предметами	Умение создавать собственные музыкально-пластические образы с предметами, предложенными педагогом и собственным реквизитом.	Творческое занятие «Страна Фантазия»
3.	Танец-картинка	Умение импровизировать в группах, познавая основы контактной импровизации.	Выставка танц. сюжетов «Моя история»
5.	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь выполнять прочувствованные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольный урок.

3-й год обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Знания, умения, навыки	Механизм отслеживания результатов
1. История и терминология музыкально-пластического движения.			
1.	Вводное занятие	Знание и соблюдение правил по ОТ и ТБ на занятиях по хореографии, основных принципов само- и взаимоконтроля.	Опрос
2.	История джазового танца	Знание истоков джазового танца, основоположников джазовой хореографии, основных типов джаза.	Викторина «Исторический диалект танца»
3.	Азбука музыкально-пластического движения	Знание принципов движения джазового танца по Кэтрин Данхем.	Опрос
4.	Дыхание и движение	Умение координировать основные джазовые движения с дыханием, используя верхнюю и нижнюю часть легких, выполнять дыхательные упражнения.	Практикум

5.	Контрольно-проверочная работа по разделу	Знание основных понятий и терминов, изученных в разделе. Умение применять изученный материал на практике с целью формирования устойчивых навыков.	Выполнение тестовых заданий
2.	Координационно-ритмические основы джазового танца.		
1.	Экзерсис на середине.	Знание и умение правильно выполнять джазовые упражнения на растяжку, изолированные движения отдельных центров, джазовую походку, упражнения для позвоночника, позу Коллапса, свинговые раскачивания.	Практикум
2.	Партер	Знание и умение исполнять развернутые комбинации с использованием изолированных центров, движений позвоночника.	Практикум Показательные выступления
3.	Прыжки	Умение правильно выполнять все виды джазовых подскоков и прыжков с различными акцентами.	Педагогическое наблюдение Практикум
4.	Передвижение в пространстве	Умение выполнять все изученные виды шагов, использовать связующие шаги, объединять различные шаги в комбинации.	
5.	Танцевальный блок.	Знание и умение правильно исполнять выученные комбинации в партере с использованием стилей бытовой хореографии, использовать определенный рисунок в построении комбинаций, вырабатывая танцевальность и выразительность пластики движений.	Танцевальный марафон
3.	Джазовый танец.		
1.	Ритм и координация движений – важнейшие компоненты джаз-танца	Умение согласовывать движения с ритмом джазовой музыки. Знание принципов построения синкопирования и умение двигаться в ритме синкопы.	Педагогическое наблюдение
2.	Разнообразие типов джаза.	Знание принципов и характера движения в стилях «джаз-рок», «фанк-джаз», «традиционный соул», «афро-джаз», «Бродвейский джаз».	Практикум по группам
3.	Музыкально-пространственные композиции.	Умение точно и грамотно исполнять развернутые комбинации различных типов джаза, объединяя их затем в единый хореографический этюд.	Аукцион танцевальных идей
4.	Работа над техникой исполнения	Использовать в полной мере все средства танцевальной выразительности, строго соблюдая точность хореографического текста.	Конкурс
5.	Контрольно-проверочная работа по разделам № 2 и № 3	Знание базовых понятий и терминов, изученных в разделах. Умение применять изученный материал на практике с целью формирования устойчивых навыков.	Тестовые задания.
4.	Танцевальная импровизация.		
1.	Музыкально-ритмические контрасты	Умение импровизировать при резкой смене ритмического рисунка и характера музыкальной композиции.	Педагогическое наблюдение Практикум

2.	Беззеркалье	Умение самоорганизовать личное эмоциональное восприятие музыкального материала, импровизировать, создавая собственный пластический образ без использования зеркала.	Творческое включение
3.	Эмоциональная составляющая танцевальной композиции	Знание роли духовной организации танцовщика в передаче средствами танца ощущения жизни и реальности зрителю.	Педагогическое наблюдение
4.	Контрольно-показательное занятие по разделу	Умение использовать свободную пластику движений, эмоционально-выразительные средства при передаче воображаемого художественного образа.	Выставка танцевальных картин «Фантазия»
5.	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольный урок.

4-й год обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Знания, умения, навыки	Механизм отслеживания результатов
1.	История и терминология Модерн-джаз танца		
1.	Вводное занятие	Знание и соблюдение правил по ОТ и ТБ на занятиях по хореографии, основных принципов само- и взаимоконтроля.	Опрос
2.	История модерн-джаз танца	Знание истоков и основоположников джазовой хореографии и танца модерн.	Викторина
3.	Азбука модерн-джаз танца	Знание технических принципов модерн-джаз танца, умение выполнять основные позиции рук и ног, свинговые раскачивания, спираль и другие упражнения.	Практикум.
4.	Контрольно-проверочная работа по разделу.	Знание и умение применять на практике основные понятия и термины, изученные в разделе.	Тестовые задания.
2.	Технические основы и принципы движения модерн-джаз танца.		
1.	Разогрев у станка.	Знание и умение выполнять основные положения и упражнения у станка.	Практикум.
2.	Разогрев на середине зала.	Умение точно выполнять все упражнения на середине для разогрева всех групп мышц	Практикум Пед.наблюдение.
3.	Разогрев в партере.	Умение выполнять упражнения для позвоночника, стретч-упражнения и для разогрева стопы и голеностопа.	Практикум.
4.	Изоляция.	Умения осуществлять изолированные движения отдельных центров, соединять в простейшие комбинации: крест, круг, полукруг, квадрат.	Практикум Педагогическое наблюдение.
5.	Координация.	Знание основных принципов координации: принципа импульса и принципа управления, умение координировать изолированные центры.	Практикум.

6.	Уровни.	Знание основных уровней модерн-джаз танца, умение выполнять все виды уровней, включая акробатические, сочетать выполненные уровни с другими упражнениями, положениями, позировкамн.	Практикум.
7.	Кросс.	Знание и умение выполнять основные виды передвижений в пространстве: базовые шаги, прыжки, повороты.	Аукцион движений.
3.	Импровизация.		
1.	Беззеркалье.	Умение средствами свободного движения создавать музыкально-пластические художественные образы на основе глубокого эмоционального восприятия музыки.	Творческие работы.
2.	Многообразные выразительных средств музыкально-пластического движения.	Умение самостоятельно создавать двигательный образ, соответствующий характеру музыки, активно используя также дополнительные средства выразительности при импровизации.	Творческие работы.
5.	Итоговое занятие	Знать правила исполнения и уметь исполнять проученные движения, упражнения, комбинации, композиции.	Контрольный урок.

Список литературы:

1. Кавеева А.И. Гимнастика в хореографии Казань 2001 г.
2. Вихрева М.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. Москва – 2004 г.
3. DVD учебное пособие мастер – класс хореография Анасов, Джон Шенгелня 2013 г.
4. DVD учебное пособие мастер – класс хореография классика 2012 г.
5. DVD учебное пособие мастер – класс Вадима Гиглаурн г. Казань 2010 г.

