

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества «РАДУГА»

Принята на заседании
Педагогического Совета
МАУ ДО ДДТ «РАДУГА»
от «30» августа 2019 г.
Протокол № 2

Утверждаю
Директор МАУ ДО ДДТ
«РАДУГА»
Т.Н. Стаценко
Приказ № 80/о
от «30» августа 2019



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Современные направления хореографии в детском танце»
Возраст обучающихся: 5-18 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Егорова Анастасия Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург
2019

Пояснительная записка

Одним из приоритетных направлений Российской образовательной политики является развитие дополнительного образования, которое предоставляет детям свободный выбор сферы своей деятельности в соответствии с их интересами и потребностями и способствует развитию их творческих дарований и способностей.

На сегодняшний день для духовного, физического, психического и социального развития детей имеется большой спектр возможностей: дети могут осмотреться в бесконечном многообразии окружающего мира, «примерить на себя» не только всевозможные социальные роли, но найти свой путь самовыражения.

Дополнительная общеобразовательная программа «Современные направления хореографии в детском танце» имеет **художественную направленность** и разработана с учётом требований к содержанию и оформлению программ дополнительного образования детей и опирается на следующие нормативно – правовые документы:

1. Федеральный закон № 273 от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки РФ № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ № 06-1844 от 11 декабря 2006 г. «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
4. Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься хореографией и танцами предъявляя посильные требования в процессе обучения, дает возможность заняться хореографией без специального отбора обучающихся, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Актуальность определяется поиском продуктивных педагогических методик, способных успешно формировать творческие навыки обучающихся, что особенно важно в связи с возрастанием требований к современной личности.

Педагогическая целесообразность общеобразовательной программы определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого ребенка к хореографической и музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков художественного творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Цель программы: обучить элементам ритмики и основам хореографии, воспитать в обучающихся чувство к прекрасному (посредством хореографической пластики), чувства дружбы и коллективизма, развитие художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер, такие как традиции, обычаи, менталитет разных народов, патриотизм, воспитание общей культуры.

Задачи программы:

Образовательные:

- создание условий для развития способностей у обучающихся, привить интереса к хореографическому искусству через танец - игру и формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;
- обучение детей приёмам актёрского мастерства; способствование становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце;
- формирование танцевального индивидуального мастерства: навыки координации движений в различных видах шагов и бега, в упражнениях в партере, музыкально – ритмической координации движений, развитие силы, выносливости, пластичности, грации, чувства ритма и коллективизма;
- укрепление здоровья;
- формировать потребность радоваться успехам других, достижение личного результата, и вносить вклад в общий успех.

Развивающие:

- развитие целостного потенциала обучающегося (интеллектуального, физического, духовного, творческого); обогащение художественного воображения и ассоциативной памяти;
- обучение воспитательной этики: приёмам самоконтроля и взаимоконтроля, выдержки. Действовать в коллективе.

Воспитательные:

- поддерживать потребность к музыкально-танцевальной двигательной деятельности;
- вырабатывать навыки сольного и ансамблевого исполнения;
- формирование общей культуры личности обучающегося, способной адаптироваться в современном обществе, нравственно – волевые качества личности, навыки здорового образа жизни.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что, основана на потребности детей в детстве и самовыражении. На занятиях не просто изучаются основы хореографического искусства, а каждое движение имеет смысл – это первое, что разбирается с обучающимися. Танец – игра включает в себя не только предметы, но и стихотворное дополнение к упражнениям. Дополнительная общеобразовательная программа «Современные направления хореографии в детском танце» является востребованной:

1. Для творческого развития детей, их личностного роста и нравственного совершенствования в процессе занятий хореографией (осанки, развитие выворотности, гибкости позвоночника, танцевального шага, эластичность связочного аппарата, способность к прыжкам, способность к вращениям, баланс – способность сохранять равновесие, пропорциональный мышечный покров, тонус мышц, умение пользоваться дыханием).

2. Развитию способности к созданию художественного образа, что связано с развитием воображения, творческой индивидуальности, художественно – эстетического восприятия, эмоциональной отзывчивостью на музыку, музыкальности, ритмичности, образного мышления, актерского мастерства, с выбором хореографического стиля и сочинением хореографических композиций, с созданием сценического образа с помощью костюма, грима, причёски.

3. Изучению хореографических стилей (изучение техники танца модерн, освоение техники джазового танца, танца хип – хоп, брейк-стойки, элементы акробатических движений и трюков, освоение основ русской классической хореографии, народного и фольклорного танца, свободной пластики и импровизационного танца).

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы 5 -18 лет. В детское объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, допущенные врачом к занятиям танцами. Этот возраст характеризуется повышенной активностью, расширением круга интересов и побуждений, стремлением утвердить свою самостоятельность.

Срок реализации программы – 5 лет.

Теория рассматривает такие понятия как: простота, ясность, порядок, выразительность, скорость, форма, направление, направленная напряженность, сила, место, ориентация, понятие веса (в композиционном смысле слова), центра композиций, «арка», влияние цвета на вес, секреты правой и левой стороны сценического пространства, направленность диагоналей, точек балетного класса и т.д.

Основной формой образовательного процесса в ансамбле являются занятия, которые носят групповой и индивидуальный характер.

Материал программы осваивается обучающимися на занятиях различных типов:

1. Учебно – тренировочное занятие.
2. Постановочная работа (постановка танца).
3. Репетиция концертных композиций.
4. Концертная деятельность.
5. Открытое показательное занятие (класс – концерт).

Содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Для обучающихся дошкольного и младшего школьного возраста разработан подготовительный курс с учетом их психологического и физического развития.

Возраст	Психо – физиологические особенности ребенка	Особенности педагогического взаимодействия на занятиях
5-6 лет	Восприимчивость, эмоциональность, впечатлительность. Легко «загораются» новой идеей. Быстро остывают при трудностях. Быстро устают. Отсутствие координации движения и согласованности движений с музыкой.	На учебно – тренировочных и открытых показательных занятиях основной формой занятий является игра. Освоение программы начинается со знакомства с базовыми тренировочным комплексом, включающим в себя творческие и практические сведения и навыки. Основная задача педагога – формирование и удержание интереса к танцу.
7-8 лет	Восприимчивость, эмоциональность, впечатлительность, осознание роли физической нагрузки. Стремление к новизне через устоявшиеся ритуалы. Серьезное отношение к развитию физических способностей – как основе танца. Радость успехам. «Мышечная радость». Стремление к совершенству. Повышение самооценки. Определение «Своего места» в коллективе.	Основной формой занятий является учебно – тренировочное занятие в импровизационной игре. Эксперименты, конкурсы, турниры, театрализованные дни рождения и т.д. Основная задача педагога – смотивировать ребенка к получению удовольствия от результата своего труда, развитие волевых качеств и коммуникативных навыков.
9-11 лет	Впечатлительность. Критичность к (себе и	Основная форма занятий – репетиция и

	другим) Стремление к совершенству. Способность отличить подлинное искусство. Эстетическое восприятие действительности. Дух соревновательности. Осознания роли физических нагрузок, роли коллектива, своего места в коллективе. Чувство ответственности за себя и других. Взаимопомощь, товарищество, дружба, общение в неформальной обстановке.	постановочная работа. Особое значение приобретают посещение театров, концертов других хореографических коллективов. Участие в конкурсах, фестивалях. Эксперименты, конкурсы, турниры (внутри группы), сохраняют свое значение «Дни рождения», совместные праздники. Основная задача педагога: создание концертной команды, формирование у каждого члена коллектива ощущений своей значимости, неповторимости и ответственности за результаты работы коллектива.
--	---	---

Базовый тренировочный комплекс включает в себя центрирование, гравитацию, равновесие, позу, жест, ритм, движение в пространстве, дыхание.

1. Центрирование – это расположение в центре или управление чувством центра собственного тела.

2. Гравитация: сила тяготения – второй элемент, сила, которая удерживает вас на земле. С этой силой необходимо научиться работать, потому что она постоянно препятствует движению.

3. Равновесие – это больше чем способность балансировать на одной ноге. В танце цель – достичь и удерживать внутреннее равновесие всего тела. Это напряжение взаимной поддержки между всеми частями, которые по-новому удерживают целое вместе.

4. Поза или линия тела тесно связана с тремя предшествующими элементами и автоматически формируется или исправляется, как только эти элементы будут развиты.

5. Жест вовлекает использование тела, как выразительный инструмент для передачи чувств и мыслей, а рисунок движения.

6. Ритм – это нечто, что есть у каждого, хотя многие не знают или не чувствуют этого. Мы проживаем свои жизни в соответствии со сложным

взаимодействием циклов и ритмов. Наше сердце бьется в одном ритме, легкие расширяются – в другом. Обретение чувства ритма – прежде всего результат внимания.

7. Движение в пространстве. Когда мы танцуем, то должны знать пространство вокруг себя, измерять пространство точным глазом.

8. Дыхание. Правильное дыхание является решающим в танце не только потому, что оно обеспечивает обогащение организма кислородом, но также потому, что придает движению плавность и гармонию. Движение с «дыханием» имеет контролируемую и определенную продолжительность во времени.

Подготовительный и основной тренировочный комплекс включает упражнения, выполняющиеся сидя и лежа, либо на коленях. Необходимость данной работы заключается в том, чтобы дать определенную нагрузку мышцам спины, таза, ног. Основной комплекс также включает упражнения на «сжатие», выгибание, расслабление (концентрация и релаксация). В процессе занятий большинство танцевальных движений постоянно усложняется и совершенствуется добавлением новых, более сложных шагов и элементов.

После освоения основного тренировочного комплекса – стартовой точки для всей последовательности движений, следует этап тренировок развития, а затем уже переход к работе над раскрытием индивидуальных способностей детей.

В процессе обучения широко используются:

1. Этюды на освоение сценического пространства (сольные и групповые):

- «руки» основное выразительное средство «Говорящие руки»;
- «руки - неразрывная цепь»;
- «говорящие ноги»;
- движения снисходящего, восходящего характера и др.

2. Этюды на развитие актерских способностей

- игра с внутренней бесконечностью (тихо, громко, удивленно, восторженно, задумчиво, печально, весело и т.д.);
- замкнутое пространство;
- сжатие и др.

3. Работа по освоению классического танца.

Классический танец – это вид хореографической пластики построенной на определенных и строгих законах, где в системе движений нет ничего лишнего, случайного. Главное в системе обучения:

- развитие выворотности;
- укрепление мускулатуры стопы и подъема;
- эластичность связок;
- мягкость движений;
- постановка корпуса, рук, ног, головы;
- позиции рук и ног;
- позы;

- упражнения (Ecsersis).

4. Работа с предметами (инновации).

- упражнения с теннисными шариками (мелкая моторика пальцев, рук, внимание, ответственность, ритмический рисунок);

- упражнения с фитболами (развитие гибкости, силы рук и ног, растяжки, перевороты, акробатические стойки и трюки);

- упражнения с деревянными ложками (ритм и характер музыки, прививание любви к народному творчеству, традициям, обычаям);

- хороводные перестроения на детских стульчиках (изучение сложных перестроений в танцах, первые знания о фольклоре, ответственность за партнёра);

- упражнения на скакалках (прыжки, ритмический рисунок прыжков, «лёгкость» коллектива, выносливость, координация);

- работа с народными видами оружия (для более старших групп обучающихся): кинжалы, кортики, мачете, хлысты, нагайки, цепи;

- логопедическое изучение упражнения и отдельных движений (освоение чистоты произношения, ритмического рисунка, как сильные и слабые доли музыки, чёткость исполнения с малых лет).

Основное содержание материала блока «Классический танец» изучается в первой половине учебного года (вся программа рассчитана на освоение в течении 5 лет). Первоначально происходит освоение элементов в чистом виде: постановка корпуса, ног, рук, головы, позиций ног и рук, упражнения, *способствующие* развитию танцевального шага, выворотности ног, развитию прыжка.

Далее для более эффективной выворотности тазобедренного сустава используются упражнения у станка:

- лицом к станку – держась за него двумя руками;

- стоя к станку боком – каждое упражнение начинается и заканчивается в I или в V позиции и выполняется сначала правой, а затем левой ногой.

На середине зала большая часть времени уделяется элементам танца модерн, джазового тайна.

Программа постепенно насыщается сложными движениями во всех разделах. Суммируются приобретенные обучающимися все знания и умения. Особое внимание уделяется работе над художественной выразительностью и музыкальностью обучающегося.

Каждый раздел занятия имеет свои задачи и определенный порядок следования одного движения за другим. Этот порядок строго регламентирован. Занятие выстраивается с учетом физических данных обучающихся, равномерно чередуя физическую нагрузку на определенные группы мышц и связок. Силовые упражнения должны сочетаться с танцевальными движениями.

На 4-5 году обучения экзерсис (разминка у станка) занимает меньше времени (не более 30 минут).

Каждое занятие начинается со специального комплекса упражнений. «Разминка» лицом к станку, основанном на постепенном разогреве тела. В упражнения добавляются новые элементы.

В комбинации экзерсиса у станка даются различные переводы рук, повороты корпуса, движения могут завершаться в позы. В конце экзерсиса у станка обязателен комплекс разнообразных растяжек для развития шага и выворотности. В упражнения у станка необходим темп: медленно, быстро, умеренно и т.д.

На каждом занятии тщательно прорабатываются прыжки маленькие, средние, большие. На середине зала повторяется последовательность упражнений у станка. Уделяется большое внимание устойчивости без опоры.

Уделяется внимание вращения: медленным, плавным и динамичным, энергичному по темпу. Повторение упражнений рождает автоматизм в исполнении, развивается мышечная память. Хороший результат зависит от сознательной работы, постоянного самоконтроля обучающихся. Умения анализировать свои ошибки при исполнении танцевальных элементов. Привычка вдумчивой работы дает ощутимые результаты.

Большое внимание уделяется не только музыкальности исполнения, но и художественному воплощению танцевальных элементов (пропускать музыку через всё своё тело, растворяясь в ней).

Программа предусматривает экспериментальную работу педагога, диктуемую современной действительностью, стремительно меняющимися событиями в мире. Нельзя не откликаться на события, происходящие в нашем крае, области, городе, поэтому обязательное формирование активной жизненной позиции, оптимистического отношения к действительности и гуманитарного настроения. Для этого с обучающимися разбираются события особо их волнующие или задевающие, находящие их душевный отклик, ставятся концертные номера по этим темам. Поощряются постановки самих обучающихся. Вместе находим более выразительные формы исполнения танцев. Благодаря необычным постановкам и номерам с сюжетом, изучается отдельная часть истории той или иной страны, времени.

Положительный результат в обучении определяется совокупностью и взаимодействием многих факторов, таких как: систематичность, последовательность, прочность изучаемого материала, оригинальное использование предметов на сцене, возвращение в игры детства. Важно когда в коллективе подрастающее поколение стремится не отставать от старшего, старшие группы помогают и следят за младшими. Особенно это видно в гастрольных турах и конкурсах разного уровня. В процессе выявляются индивидуальные особенности детей.

Учет индивидуальных особенностей:

- наблюдение педагога, индивидуальная отработка ошибок с обучающимися;
- индивидуальные беседы с родителями, общие родительские собрания;
- эксперимент (особая ситуация, когда дети становятся главными участниками нового события).

Основной формой образовательного процесса в ансамбле являются занятия, которые носят групповой и индивидуальный характер.

Материал программы осваивается обучающимися на занятиях различных типов:

1. Учебно – тренировочное занятие.
2. Постановочная работа (постановка танца).
3. Репетиция концертных композиций.
4. Концертная деятельность.
5. Открытое показательное занятие (класс – концерт).
6. Занятие-контроль.

Режим занятий: обучение проводится в форме групповых теоретических и практических занятий в объеме 136 ч. (первый год обучения) и 144 ч. (второй и последующие года обучения) два раза в неделю по два академических часа. Качество знаний, умений и практических навыков обучающихся выявляются на занятии-контроле и показах. При подготовке к занятию необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива.

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал для изучения, ввести его в различные комбинированные задания;
- наметить примеры (составить комбинации) для совершенствования накопленных знаний;
- определить музыкальный материал для каждой части занятия (размер и характер музыкального сопровождения, как к новым движениям, так и к закреплению пройденного материала).

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей; сохранять динамичность темпа занятия, живость подачи материала, деловую атмосферу.

На практических занятиях очень важно:

- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- обращать внимание обучающихся на особенность упражнения, определяющего его сходство или различия с другими;
- равномерно распределять физическую нагрузку в течении всего занятия, соотносить статические и динамические нагрузки;
- чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль за работой мышц;
- соотносить темпы выполнения отдельных заданий;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Требования к музыкальному оформлению занятия.

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные композиции, так и тренажные упражнения, в том числе и упражнения классического экзерсиса.

В процессе учебной работы необходимо прививать обучающимся умение слышать и понимать музыку. Нельзя допускать, чтобы музыкальное сопровождение являлось «фоном» занятия, т.к. это приводит к безразличию музыкального восприятия. Правильно подобранный музыкальный материал должен помогать осваивать хореографический материал, соответствуя его характеру, ритмическому рисунку, темпу.

Для тренажерных упражнений желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, с чётким ритмом и ярко выраженной фразировкой, чтобы обучающиеся легко определяли музыкальные предложения, периоды и основное внимание уделяли правильности исполнения движений.

Музыкальное сопровождение по темпу следует подбирать так, чтобы при выполнении упражнений его не нужно было искусственно ускорять или замедлять. Ритмическая основа тренировочных комбинаций в основном должна совпадать с ритмическим рисунком музыкального сопровождения.

На первоначальных этапах изучения упражнений необходимо использовать музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком. Позднее, на этапе совершенствования движения, ритмический рисунок может быть более разнообразным.

Планируемые результаты реализации дополнительной общеобразовательной программы:

- создание коллектива, сохраняющего дружеские отношения не только в процессе обучения, но и в повседневной жизни;
- формирование потребности задумываться о высшем значении и смысле нашей жизни;
- сформированное представление о собственной значимости и неповторимости.

Формы промежуточной и итоговой аттестации по дополнительной общеобразовательной программы для обучающихся:

- в начале учебного года - беседа, опрос, тестирование, анкетирование;
- в течение всего учебного года - педагогическое наблюдение, опрос, контрольное занятие, самостоятельная работа;
- в середине и конце учебного года или курса обучения – открытое занятие, занятия - контроля, отчетный концерт, конкурсные выступления.

Требования к организации и проведению занятия-контроля, показа - в конце каждого полугодия следует проводить контроль пройденного материала:

- форма и содержание открытого занятия определяется педагогом;
- форма и содержание занятия определяется педагогами в начале учебного года;

- открытое занятие должно включать тренировочные упражнения и развернутые композиции, в которых будут учитываться усвоение элементов, чувство ансамбля и сценический образ;
- итоги открытого занятия, показа обсуждаются педагогами хореографических дисциплин.

Формы подведения итогов образовательного процесса:

- открытые занятия;
- отчётные и итоговые концерты;
- конкурсы и фестивали различного уровня (районный, городской, областной, региональный, всероссийский, международный).

Учебный план первого года обучения

	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Ритмика и танец	40			
1.	Основные позиции танца.	8	1	7	Прослушивание музыки в позиции
2.	Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей, мелкая моторика пальцев рук (теннисные шарики).	15	2	13	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля
3.	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды с изучением основ хороводного перестроения.	11	1	10	Игровая форма контроля
4.	Азбука музыкального движения.	6	2	4	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися
	Танец модерн	25			
1.	Основные понятия танца модерн.	5	1	4	Показ упражнений обучающимися
2.	Упражнения на развития специфических танцевальных, физических способностей.	15	1	14	Показ упражнений обучающимися
3.	Танцевальные комбинации по специфике танца модерн.	5	1	4	Игровая форма контроля
	Джазовый танец	25			
1.	Основные элементы джазового танца.	13	2	11	Показ упражнений обучающимися
2.	Специальные танцевально-игровые комбинации.	12	2	10	Игровая форма контроля
	Сценический образ	14			
1.	Элементы актерского мастерства.	5	1	4	Игровая форма контроля
2.	Танцевальная импровизация.	9		9	Показ танцевальных упражнений и

					пластики обучающимися при смене музыки
	Творческая концертная деятельность	22			
1.	Постановка танцевальных номеров.	10	1	9	Концерты, конкурсы, открытые занятия
2.	Репетиционный процесс.	8		8	Видеозаписи, обработка отснятого материала
3.	Участие в концертах и конкурсах.	4		4	Дипломы, Грамоты, Победы. Открытое занятие
	Итого:	136	15	121	

Содержание учебного плана первого года обучения

Обучение детей первого года обучения начинается с упражнений по ориентировке в пространстве: коллективно – порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально – ритмическое развитие обучающихся.

1. Ритмика и танец.

1.1. Основные позиции танца: I, VI, II – позиции ног. Игровая подготовка к позициям рук. Основное положение: руки на пояс. Изучение позиций и положений рук, ног, головы, корпуса.

1.2. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей. Упражнения для стоп «Клюв – утюг»; для нижней выворотности «Покажи каблучок»; для верхней выворотности: «Бабочка», «Йога», «Петушок», «Французская лягушка», для поясничной гибкости: «Гусеница», «Лягушка», «Качалка», «Корзинка», «Рогалик»; стойка на коленях для подлопаточной гибкости; для растяжки шага: «Ножка за ушком», «Моя ножка – любимая».

1.3. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды. Разучивание танцевальных элементов в развитии: смена позиций, смена ракурсов, полуповороты, смена рисунка, полупальцы, координирование (в игре).

1.4. Азбука музыкального движения. Теория: Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4. Целая нота и половинка. Пауза. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Практические занятия: Маршировка в темпе и ритме музыки: шаг на месте, вокруг себя по точкам класса, вправо, влево. Пространственно – музыкальные упражнения: повороты вправо – влево, продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево), движение по диагонали, изменение рисунка на подскоках. Подскоки с хлопками на разный счет, выделение сильной и слабой доли, прохлопывание целой и половинки ноты.

2. Танец модерн.

2.1. Основные понятия танца модерн: «центр», «баланс», «контракция», «релаксация».

2.2. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей. Упражнения, включающие понятие «центр»: наклоны, полупальцы, прыжок из стороны в сторону. Упражнения на развитие равновесия. Понятие «баланс». Упражнения на дыхание. Понятие положений «контракция», «релаксация», путем сценических образов или путем сравнений. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала: стоя, сидя, лежа, по кругу. Работа корпуса: наклоны: вперед, в стороны, упражнение «кошечка». Танцевальные шаги, их различное сочетание с продвижением вперед, назад, в сторону и т.д. Прыжки: соте, подскоки, эшапе.

2.3. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды. Разучивание танцевальных элементов в развитии: смена позиций, смена

ракурсов, пополуобороты, смена рисунка, полупальцы, координирование (в игре). Ввод движений, требующих более серьезных усилий. Укрепление амплитуды движений, их исполнения. Укрепление движения (смена темпа). Изменения уровня исполнения движений – смещение «центра» учащегося (или танцовщика) в пространстве (сидя, стоя, лежа, в прыжке). Комбинация от 8,16,32 тактов.

Ввод новых элементов и их усложнение происходит плавно и постепенно.

3. Джазовый танец.

3.1. Основные элементы джазового танца. Понятия «изоляция», «Свинг».

3.2. Специальные танцевальные комбинации, включающие в себя понятия «изоляция» и «свинг», в форме игровых сравнений. Упражнения на развитие координации рук, ног, корпуса, головы. Прыжки.

4. Сценический образ.

4.1. Танцевальная импровизация. Эмоционально – окрашенное движение в пространстве. Импровизация в форме игры, занимая все пространство класса: хаотичный бег без столкновений. Исполнение определенного коллективного задания и без музыкального сопровождения: «статуя», «мост», «гора», «гроздь винограда», «падение», «мое любимое», «вертушка», «липучка».

5. Творческая концертная деятельность.

5.1. Постановка танцевальных номеров. Основа танца – сюжет (игра).

Выученные движения и элементы базового уровня обучения и задачи коллектива в целом. Учет возрастных особенностей обучаемых, творческая активность детей.

5.2. Репетиционный процесс. Отработка хореографической лексики, смена и ориентировка в танцевальном рисунке.

5.3. Участие в концертах и конкурсах. Отдельные концертные выступления, как показатель уровня подготовки учащихся.

Требования к уровню подготовки

По окончании первого года обучения обучающиеся должны знать:

- что такое танец;
- основные позиции танца;
- азбука музыкального движения: сильная доля, целая нота и половинка ноты;
- элементы классического танца: plie, battement tendu;
- название специальных упражнений на развитие танцевальных способностей;
- характерные особенности танца «модерн» и «джаз-танца»;
- ориентировка в пространстве: построения в различные рисунки, включая хороводные перестроения;
- правую и левую руку, ногу, сторону.

Уметь:

- выполнять упражнения подготовительного комплекса;
- упражнения натянутой и сокращенной стопы, сгибание и разгибание коленного и тазобедренного сустава;
- упражнения, способствующие укреплению и развитию мышц, связок и суставов в танцевальных «позициях», в выворотных положениях;
- упражнения на координацию движений ног, рук, корпуса, головы;
- упражнения на развитие музыкальных способностей;
- выполнять простейшие танцевальные шаги (вперед, назад), «дорожки», повороты;
- выполнять простейшие прыжки и сочетания прыжков;
- выполнять танцевальные комбинации (на 16,32 такта и более) в ансамбле и соло;
- исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля современной и народной хореографии «Метеоритм», соответствующие возрасту и уровню подготовки.

Учебный план второго года обучения

	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Разминка	25			
1.1.	Всестороннее развитие хореографических данных: специальные танцевальные и физические упражнения.	25	2	23	Показ упражнений обучающимися
2.	Танец модерн	45			
2.1.	Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.	25	2	23	Показ упражнений обучающимися
2.2.	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды, также применяя фольклорные перестроения.	20	1	19	Показ упражнений обучающимися
3.	Джазовый танец	44			
3.1.	Специальные танцевальные упражнения.	25	2	23	Показ упражнений обучающимися
3.2.	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды.	16		16	Игровая форма контроля; Видеозаписи, обработка отснятого материала
3.3.	Импровизация учащихся.	3		3	Игровая форма контроля
4.	Азбука музыкального движения	10			Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися
	Слушание и	5		5	Прохлапывание и

4.1.	анализирование музыки.				протапывание музыкального ритма обучающимися; Импровизация
4.2.	Элементы музыкальной грамоты.	5	2	3	Игровая форма контроля
5.	Творческая концертная деятельность	20			
5.1.	Постановка танцевальных номеров.	6	1	5	Концерты, конкурсы, открытые занятия
5.2.	Понятие «хореографический образ».	2		2	Игровая форма контроля
5.3.	Элементы актерского мастерства.	2		2	Игровая форма контроля
5.4.	Репетиционный процесс.	12	1	11	Видеозаписи, обработка отснятого материала
5.5.	Участие в концертах и конкурсах.	8		8	Дипломы, Грамоты, Победы. Открытое занятие
	Итого:	144	11	133	

Содержание учебного плана второго года обучения

1. Разминка.

1.1. Всестороннее развитие хореографических данных: специальные танцевальные и физические упражнения. Упражнения для стоп, для верхней и нижней выворотности, для поясничной и подлопаточной гибкости, для растяжки шага, как и в первый год обучения, но с улучшением результатов с каждым новым годом обучения.

2. Таней модерн.

2.1. Упражнение на развитие специфических танцевальных и физических способностей. Упражнения, включающие понятие «центр», «гравитация». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике. Понятие «баланс», «спираль». Работа корпуса «специальные» упражнения: «кошечка», «змейка», скручивание. Упражнения на дыхание. Упражнения на развитие подвижности стопы, тазобедренного сустава. Понятия «контракция» и «релаксация». Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа. Изучение и отработка позиций рук, ног, головы, корпуса. Танцевальные шаги (сочетание различных движений в продвижении вперед, назад, в сторону и т.д.). Прыжки.

2.2. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды. Закрепление навыков и умений полученных ранее. Смещение «центра» танцовщика в пространстве (сидя, стоя, лежа, в прыжке, в прыжке-пролете). Увеличение энергии исполнения. Ускорение движения (смена темпа). Комбинации на 8, 16, 32 и более тактов. Четкое понимание «что» танцуешь, а главное «как». Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях: battement, tandus, battement tandus jetes, port de bras.

3. Джазовый танец.

3.1. Специальные танцевальные упражнения. Разминка: упражнения, включающие в себя понятие «изоляция» - применение в танцах, комбинациях. Специальные упражнения. Понятие «свинг». Упражнения на развитие координации для рук, ног, головы, корпуса. Танцевальные джазовые шаги в чистом виде. Прыжки.

3.2. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды. Танцевальные комбинации: 8 тактов 2/4, 3/4, 4/4, 6/8; музыкальный размер на 16 и 32 такта. Развитие движений от простого к сложному. Разбор и расчленение движения на составные. Сочетание подобных движений. Сочетание контрастных элементов. Комбинации отдельно для рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса и их координирование. Виды джазовых шагов. Соединение нескольких самых простых их видов. Сюжетный этюд. Нарботка техники исполнения по частям и в целом всей комбинации и с ускорением темпа исполнения. Комбинации на смену «уровней».

3.3. Импровизация учащихся. Импровизация в джазовом танце. Техника исполнения элементов плюс различное эмоциональное состояние.

Количественная импровизация по заданию: «сороконожка», «деревья», «травы», «вода», «живая природа», «мишки-зайки». Импровизация «контакт». Движение предыдущего танцовщика является основой для последующего. Тесный контакт: соприкосновение и переплетение рук, ног, туловища. Эмоциональное и физическое раскрепощение. Уверенность в своих движениях.

4. Азбука музыкального движения.

4.1. Слушание и анализирование музыки. Прохлопывание и протапывание музыки: марш, полька, вальсы в медленном, умеренном и быстром темпе. Акцентирование на сильную долю такта в шагах и хлопках. Дирижерский жест к началу упражнений. Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно; ход лицом и спиной по кругу; продвижение по внешнему и внутреннему кругу, фольклорный хороводный рисунок (игра-танец «мишки-зайки»), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре в шеренгу.) Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой и паузами.

4.2. Элементы музыкальной грамоты. Теория: размеры: 2/4, 3/4, 4/4, 6/8. Такт и затакт. Целая нота и половинка, четвертинка и восьмушки. Практика: такт и затакт прохлопыванием.

5. Творческая концертная деятельность.

5.1. Постановка танцевальных номеров. Разучивание движений и отработка танцевальных элементов в группе и индивидуально. Прогонные репетиции на сцене.

5.2. Понятие «хореографический образ» Этюды и игры с «внутренней бесконечностью», «замкнутое пространство», «сжатие» и т.д.

5.3. Элементы актерского мастерства. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей.

5.4. Репетиционный процесс. Индивидуальные и свободные репетиции при участии всех возрастных групп в танцевальном зале и на сцене. Освоение пространства сцены. Правила поведения на сцене, за кулисами.

5.5. Участие в концертах и конкурсах. Организация и подготовка к выступлению: прическа, грим, костюм.

Требования к уровню подготовки

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать:

- виды танца и их особенности;
- понятие «танцевальный образ»;
- название новых специфических упражнений по танцевальным направлениям;
- танцевальный репертуар ансамбля современной хореографии «Метеоритм»;

Уметь:

- выполнять упражнения подготовительного комплекса;
- выполнять упражнения, включающие понятия «центр», «баланс», «дыхание», «контракция – релаксация», «гравитация», «спираль», «изоляция», «свинг»;
- выполнять упражнения классического танца: battement – tandus, battement – tandus jetes, port de bras;
- выполнять танцевальные шаги в чистом виде, «дорожки»; перестраиваться ими в пространстве;
- выполнять упражнения развивающего в усложненном варианте (полупальцы, 45 и 90 градусов, в повороте, в прыжке и других сочетаниях);
- понимать характер музыки, уметь выразить его в движении; определять сильную долю, выдерживать паузу, работать со вступлением (preparation);
- танцевать в ансамбле:
 - а) музыкально исполнять выученные общие движения со своими под музыку и без нее;
 - б) ориентироваться в пространстве на сценической площадке;
 - в) чётко выполнять хореографический рисунок;
- координировать движения рук и ног, корпуса, головы и ног;
- выразительно исполнять движения и танцевальные номера.
- исполнять концертные номера репертуара ансамбля современной хореографии «Метеоритм»;
- участие в концертах, фестивалях, конкурсах.

Учебный план третьего года обучения

	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Классический танец	62			
1.1.	Экзерсис у станка.	10	1	9	Показ упражнений обучающимися.
1.2.	Экзерсис на середине зала.	20	1	19	Показ упражнений обучающимися.
1.3.	Прыжки.	8	1	7	Показ упражнений обучающимися.
1.4.	Вращения.	8	1	7	Показ упражнений обучающимися.
1.5.	Растяжки.	4		4	Показ упражнений обучающимися.
1.6.	Акробатические упражнения, упражнения с предметами (фитболы, скакалки, резинки, скамейки).	8	2	6	Показ упражнений обучающимися.
1.7.	Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма.	2	2		Опрос обучающихся в игровой форме.
1.8.	Азбука музыкального движения.	2		2	Прохлопывание и протопывание музыкального ритма обучающимися.
2.	«Модерн»	20			
2.1.	Упражнения на технику модерн.	15	2	13	Показ упражнений обучающимися.
2.2.	Танцевальные комбинации, этюды.	5	1	4	Показ упражнений обучающимися.
3.	«Джаз» - танец	20			
3.1.	Упражнение на развитие техники «Джаз – танец».	9	1	8	Показ упражнений обучающимися.
3.2.	Танцевальные комбинации, этюды.	5	1	4	Показ упражнений обучающимися.
3.3.	Импровизация.	6		6	Игровая форма контроля. Обработка

					отснятого видео-материала.
4.	Концертная, творческая деятельность	42			Грамоты, дипломы, победы.
4.1.	Постановка концертных номеров, репетиции, индивидуальная работа.	27	3	24	Концерты, конкурсы, фестивали, открытые занятия.
4.2.	Концерты, фестивали, конкурсы.	10		10	Грамоты, дипломы, победы.
4.3.	Грим, прическа, костюм.	5		5	Фото и видео-съёмка.
	Итого:	144	16	128	

Содержание учебного плана третьего года обучения

1. Классический танец.

1.1. Экзерсис у станка. Постановка корпуса, рук, ног, головы. *Reparation, demi – plié, battements tendus, battements tendu с demi – plié, passé par terre.* Знакомство с понятием « *en dehois*» и « *en dedahs*». I форма *port de bras*. *Battement tendus jetes pigue.* *Pelevés* в I, II, III позициях. *Relevés lents.* Проучивание перегиба корпуса назад, в сторону, вперед. *Grand plié.* *Battement retires.* *Grand battement jete.* Подготовительное упражнение для *rond de jamп en L'air.* *Battements deve loppe.* Третья форма *port de bras.* Полуповороты в V позиции.

1.2. Эксерсис на середине зала:

- Позы, положения, связанные с понятием *croise, efface.*
- Арабески 1, 2, 3 (положение рабочей ноги на полу).
- I форма *port de bras.*
- *Temps lie par terre.*

1.3. Прыжки с двух ног на две ноги. Трамплинные прыжки. *Temps leve scaute, changement de pied.* *Pas echarpe* на II позицию.

1.4. Вращения:

1. Полуповороты в V позиции с переменной ног;
2. Полный поворот. Подготовительное упражнения к турам.

1.5. Растяжки. Специальные упражнения на разработку эластичности связок и мышц. Положение ноги вперед, в сторону, назад с *demi-plie, с port de bras.* Партерные растяжки.

1.6. Акробатические упражнения. Колесо с правой и левой руки, на одной руке, с предметом. Переворот с рук на мостик и обратно (стоя и на локтях). Прыжок – переворот («руки – ноги»). Стойки: на руках, на локтях, на предплечье, на двух – трех точках.

1.7. Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма. Знание строения своего тела. Знание индивидуальных особенностей строения тела (уязвимые, слабые места – укрепление специальными упражнениями, по рекомендации педагога). Правила поведения в хореографическом зале на занятиях и в период отдыха. Умение делать самомассаж. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, ударах.

1.8. Азбука музыкального движения. Вступительные и заключительные аккорды при исполнении упражнений, комбинаций и этюдов.

2. «Модерн».

2.1. Упражнения на технику модерн.

Упражнения на понятие «центр». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике. Упражнения на «баланс». Упражнения на дыхание.

Упражнения комбинированные: контракция – релаксация. Упражнения сидя, стоя, лежа. Упражнения «спираль» и виды перегибов корпуса. Изучение сложных по координации шагов – «тилт», «триплет», «батафога» и др.

2.2. Танцевальные комбинации, этюды.

Танцевальные комбинации, этюды. Этюд на 64 такта и более. Импровизационный танец. Экспериментальная работа. Нарботка свободной техники исполнения упражнений и комбинаций. Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях: *battement tandus, battement tandus jetes, rond de jambe par terre, adajio, port de bras*.

3. «Джаз – танец».

3.1. Упражнения на развитие техники «Джаз – танец». Специальные упражнения на «изоляцию»: плечи, голова, шея, руки, кисти, локти, бедра, грудная клетка, колени, стопы. Упражнения на координацию рук, ног, головы. Танцевальные связки (дорожки), различные их виды и сочетания. Ускорения темпа, смещение ритма.

3.2. Танцевальные комбинации, этюды.

Танцевальные комбинации на закрепление и повторение пройденного материала. Новые танцевальные движения в различных сочетаниях. Составление этюдов. Экспериментальная работа «нижний брейк – данс» (стойки).

3.3. Импровизация.

Импровизация в джазовом танце. Техника исполнения элементов плюс различное эмоциональное состояние. Составление учащимися небольших танцевальных связок, комбинаций. Изучение своего тела, как инструмента.

4. Концертная, творческая деятельность.

4.1. Постановки концертных номеров, номеров с атрибутами, репетиции, индивидуальная работа.

Индивидуальная работа с исполнителями, солистами, отработка танцевальных элементов. Разучивание и отработка движений и элементов с ансамблем, с группами исполнителей. Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Поддержание репертуара ансамбля в готовности исполнения. Вводы новых исполнителей.

4.2. Концерты, фестивали, конкурсы. Участие в районных, городских, областных, всероссийских, международных фестивалях – конкурсах. Участие ансамбля в отчетном концерте ДДТ «Радуга».

4.3. Грим, прическа, костюм.

Поиск индивидуального, яркого воплощения образности. Реставрация, поиск новых форм костюма, эскизы.

Требования к уровню подготовки

По окончании третьего года обучения обучающиеся должны знать:

- названия элементов классического танца;
- названия элементов джазового и модерн танца;
- что музыка определяет характер танца: иметь представление о диапазоне русско – народных плясок: от спокойных лирических до темпераментных;
- о формах выразительности танца (пантомима, позы, исполнительские средства выразительности – лица, рук, рта, походки);
- танцевальный репертуар ансамбля современной хореографии «Метеоритм»;
- основные знания безопасной деятельности в хореографическом классе;
- о графическом рисунке танца, движение по линиям и против танца, о роли центра и интервалов, понятие о симметрии и асимметрии рисунка танца.

Уметь:

- выполнять элементы классического экзерсиса у станка:
 - а) лицом к станку; б) спиной к станку; в) preparation; г) позиции ног (1, 2, 3, 5, 4); д) позиции рук:
 - подготовительной положение, 1,2,3 позиции;
 - упражнения:
 - а) demi – plié (полуприседания) в позициях; б) battements tendus (натяжение всей ноги: вперёд, в сторону, назад из 1 позиции); в) battements tendus с demi – plié; г) battement tendus jetés pique (вытянутый бросковый батман на 30° от пола по 1, 3 позиции); д) passé par terre по (1 позиции); е) demi – rond de jambe par terre en dehors, en dedans (круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе); ж) I port de bras (переводы рук в 3 позицию и перегиб корпуса назад, вперед, в сторону); з) relevés (поднимание) на полупальцы в 1,3 и 5 позициях. С вытянутых ног и demi – plié; и) relevés lents (медленное поднимание ноги на 45° с 1 и 3 позиции); к) grand plié (большое глубокое приседание); л) grand battements jetés (большой бросковый батман); м) 3-е port de bras (переводы рук из позиции в позиции в сочетании с наклоном и перегибом корпуса); н) полуповороты в 5 позиции на двух ногах, с переменной ног и с demi – plié; - выполнять упражнения на середине зала: а) позы и положения связанные с понятиями croisé a efface; б) арабески 1ый и 2ой; в) temps lié par terre; г) пражки с двух ног на две ноги по 1, 2, 3 позиции и с двух ног на одну по 6, 3, 5 позиции;
 - выполнять упражнения блока танца «джаз» и «модерн» первого и второго года обучения;
 - выполнять танцевальные комбинации 16 – 32 такта на основе хореографии модерн, джаз – танец, классического танца;
 - исполнять концертные номера репертуара ансамбля современной хореографии «Метеоритм»;

- участие в концертах, фестивалях, конкурсах.

Учебный план четвертого года обучения

	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Классический танец	40			
1.1.	Экзерсис у станка	15	1	14	Показ упражнений обучающимися.
1.2.	Экзерсис на середине зала. Прыжки, вращения.	25	4	21	Показ упражнений обучающимися.
2.	Народный танец	35			
2.1.	Упражнения на технику «Народный танец»	20	1	19	Показ упражнений обучающимися.
2.2.	Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа.	15	2	13	Показ упражнений обучающимися. Обработка отснятого видео-материала.
3.	«Модерн» и «Джаз – танец»	40			
3.1.	Упражнения на технику «Модерн» и «Джаз – танец»	20	2	18	Показ упражнений обучающимися.
3.2.	Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа.	8		8	Показ упражнений обучающимися. Обработка отснятого видео-материала
3.3.	Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма.	2	2		Показ упражнений обучающимися. Лекции, теория.
	Акробатические	10		10	Показ

3.4.	упражнения. Партерные поддержки.				упражнений обучающимися. Лекции, теория.
4.	Творческая работа	29			
4.1.	Постановочная и репетиционная работа над техникой исполнения	15	4	11	Показ упражнений обучающимися. Обработка отснятого видео- материала
4.2.	Концертная практика	9		9	Концерты, конкурсы, фестивали, открытые занятия, мастер – классы
4.3.	Грим, прическа, костюм	2		2	Теория, фото и видеоотчёт.
4.4.	Актерское мастерство	3		3	Дипломы, грамоты, победы. Открытое занятие
	Итого	144	16	128	

Содержание учебного плана четвертого года обучения

1. Классический танец

1.1. Экзерсис у станка. Повторение упражнений третьего года обучения. Ускорение темпа их исполнения. Demi – plié и grand – plié, с различными видами port de bras. Позы на 90°. Battement fondu. Маленькие позы, заключающие упражнения. Battement frappe. Rond de jambe en L'air. Adagio. Растяжки. Стойки.

1.2. Экзерсис на середине зала. Маленькие adagio. Temp – plié, различные виды. Упражнения на развитие устойчивости без опоры. Различные виды вращения. Прыжки: sissonne сценический, jete в маленькие позы. Pa suivi.

2. Народный танец.

2.1. Упражнения на технику Народный танец.

Упражнения на технику «народно – сценический танец». Повторяется и закрепляется пройденный материал за счет усложнения комбинаций. Большое внимание уделяется развитию усложнённой координации, танцевальности, музыкальности, отработки техники движений. Изучаются элементы русского – народного, белорусского и арагонская хота.

Дробны выступления:

а) каблучная дробь;

б) дробь в «три ножки»;

в) дробь «такт – и – затакт», по группам и со сбивом темпа.

Вращения: с подскоком; на одной ноге в plié en dehois и en dedans; на двух ногах поворот в воздухе на 360 градусов; в прыжке, поджимая одну ногу, вторая на 90 градусов открыта в сторону; fouette; бегунок и различные их сочетания.

2.2. Танцевальные композиции, этюды. Экспериментальная работа. Развитие движения: ввод полупальцев, полуповоротов, смена ракурса. Усложненный ритмический рисунок движения. Ускорение темпа, увеличение энергии и амплитуды исполнения. Этюды на 32 – 64 такта.

3. «Модерн» и «Джаз – танец».

3.1. Упражнения на технику «Модерн» и «Джаз – танец».

1) Упражнения на технику модерн. Упражнения, с использованием понятий «центр», «контракция», «релакс», «релис». Различные движения в продвижении, в прыжке. Работа корпуса, специальные упражнения: «спираль» и виды перегибов корпуса. Специальные упражнения на «изоляцию»: плечи, голова, бедра, колени, стопы. Упражнения на координацию рук, ног, головы.

2) Упражнения на развитие техники «джаз – танец». Исполнение джазовых элементов. Изучение понятия «оппозиция». Изучение стоек «нижнего брейка», с выходом на «фрезу». Танцевальные движение, включающие в работу отдельной части тела, и в сложной координации.

3.2. Танец, комбинации, этюды, экспериментальная работа. Развитие движения: ввод полупальцев, полуповоротов, смена ракурса. Усложненный

ритмический рисунок движения. Ускорение темпа, увеличение энергии и амплитуды исполнения. Этюды на 32 – 64 такта. Танцевальные комбинации на 16 – 32 тактов 2/4, 3/4, 4/4, 6/8. Танец без музыкального сопровождения. Танцевальные шаги в координации с различным положением рук, головы, ракурсов. Новые танцевальные движения в различных сочетаниях. Разновидность джазового танца – «брейк» (стойки).

3.3. Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма. Акробатические упражнения. Знание строения своего тела. Знание строения своего тела. Знание индивидуальных особенностей строения тела (уязвимые, слабые места – укрепление специальными упражнениями). Правила поведения в хореографическом зале на занятиях и в период отдыха. Умение делать самомассаж. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, ударах.

3.4. Акробатические упражнения. Партерные поддержки. Колесо с правой и левой руки, на одной руке, с предметом, на локтях. Переворот на мостик (на двух, на одной руке). Стойки: на руках, на локтях, на предплечье, на двух и трех точках, с партнером (парные стойки). Поддержки – переносы в прыжке, партерные поддержки: обводки, наклоны.

4. Творческая работа.

4.1. Постановочная и репетиционная работа над техникой исполнения. Поддержание репертуара ансамбля «Метеоритм» в готовности к сценическим воплощениям репетиций. Вводы новых исполнителей. Работа ссолистами.

Поиск наиболее яркого пластичного хореографического выражения роли, партии, образа, сюжета.

4.2. Концертная практика. Участие в праздничных концертах, в фестивалях – конкурсах разного уровня от районных до международных, гастроли ансамбля.

4.3. Грим, прическа, костюм. Поиск наиболее выразительных средств для художественного образа танцевального номера. Реставрация костюмов. Поиск новых форм в решении сценического костюма. Эскизы.

4.4. Актерское мастерство.

Поиск индивидуального воплощения образности. Упражнения, игры и этюды на развитие актерских способностей. Этюды на расслабление, внимание, координирование.

Требования к уровню подготовки

По окончании четвертого года обучения обучающиеся должны знать:

- названия элементов народного и классического танцев;
- знания основ хореографического искусства;
- знание систем танцев: классический, модерн, джазовый (и их разновидности);
- знание способов повышения исполнительского мастерства;
- о специфических особенностях танцевальных жанров;
- о генетической связи народного, джазового танца и современных направлениях (например, как брейк).

Уметь:

- осознанно владеть элементами: классического, модерн, джазового танца;
- подготовить (разогреть) мышцы и тело для исполнения движений и танцевальных номеров самостоятельно;
- применять самостоятельно специальные упражнения с целью самосовершенствования (по рекомендации педагога);
- выполнять все упражнения у станка, изученные на третьем году обучения и новые: а) battements retires (petit et grand); б) battements releve lent (медленное поднятие ноги) на 90° и выше, в) подготовительное упражнение для rond de jambe en l'air (сгибание и разгибание ноги, открытой в сторону на 45°); г) battements developpe (развернутый батман); д) вращения en dehors, en dedans;
- освоить репертуар ансамбля современной хореографии «Метеоритм»;
- вести партнёршу, элегантно (слаженно) менять направления, поворачивать, пропускать вперёд, кланяться и т.д.;
- участвовать в концертах, фестивалях, конкурсах и других мероприятиях.

Учебный план пятого года обучения

	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Классический танец	25			
1.1.	Экзерсис у станка, растяжки	12	1	11	Показ упражнений обучающимися
1.2.	Экзерсис на середине зала, прыжки, вращения	15	1	12	Показ упражнений обучающимися
2.	Народно-сценический танец	25			
2.1.	Упражнения на технику «Народно-сценический танец»	12	1	11	Показ упражнений обучающимися
2.2.	Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа	13		13	Показ упражнений обучающимися. Обработка отснятого видео-материала
3.	«Модерн» и «джаз-танец»	35			
3.1.	Упражнения на технику «модерн» и «джаз-танец»	17	1	16	Показ упражнений обучающимися
3.2.	Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа	18		18	Показ упражнений обучающимися Обработка отснятого видео-материала
4.	Направление танца «Неоклассика»	25			
4.1.	Основные понятия направления танца «Неоклассика»	2	1	1	Показ упражнений обучающимися
4.2.	Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей	15	1	14	Показ упражнений обучающимися
4.3.	Развернутые танцевальные комбинации, композиции, этюды	8		8	Показ упражнений обучающимися. Обработка отснятого видео-

					материала
5.	Творческая работа	34			Концерты, конкурсы, мастер-классы.
5.1.	Репетиционная работа, работа над постановочной техникой исполнения.	22	2	20	Обработка отснятого видео-материала. Открытые занятия, мастер-классы.
5.2.	Концертная практика, фестивали - конкурсы	10		10	Дипломы, грамоты, победы.
5.3.	Актерское мастерство	2		2	Фото и видеоотчёт, победы. Открытое занятие
	Итого:	144	8	136	

Содержание учебного плана пятого года обучения

1. Классический танец

1.1. Упражнения у станка. Повтор и закрепление пройденного материала. Упражнения с полуповоротами, с поворотом на 360 градусов, двойной тур (пируэт). Проучивание упражнений с полупальцами, уровень 90 градусов и выше. Ускорение темпа, более сложные сочетания элементов. Растяжки. Специальные упражнения. Подбор индивидуальной программы для обучаемого, по мере его физических особенностей и танцевальной подготовки.

1.2. Упражнения на середине зала, прыжки, вращения. Повторение и закрепление пройденного материала, повторяется последовательность упражнений у станка. Уделяется большое внимание устойчивости без опоры. Большие позы attitudes, arabesques на 45 и 90 градусов (1 и 2 arabesques) статичные и во вращении. Позы эпальман (croisee, effacee). На каждом уроке тщательно прорабатываются прыжки маленькие, средние, большие: temps leve, changement de pieds, pas echange, jete, saut, pas de basque и другие. Уделяется внимание вращениям: медленным, плавным и динамичным, энергичным по темпу. Индивидуальная работа с обучаемым.

2. Народно-сценический танец.

2.1. Упражнения на технику «нарко-сценический танец». Повторяется и закрепляется пройденный материал за счет усложнения комбинаций. Большое внимание уделяется развитию усложненной координации, танцевальности, музыкальности, отработки техники движений. Изучаются элементы русского-народного, казачьего, цыганского, финского национальных танцев. Танцы народов мира в стилизации.

Дробны выступления:

- а) каблучная дробь;
- б) дробь в «три ножки»;
- в) дробь «такт-и-затакт»

Вращения: с подскоком; на одной ноге в pile en dehors и en dedans; на двух ногах поворот в воздухе на 360 градусов; в прыжке, поджимая одну ногу, вторая на 90 градусов открыта в сторону; fouette; бегунок и различные их сочетания.

2.2. Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа. Составление комбинаций и исполнение их на основе приобретенных умений и знаний о народности, танцую комбинацию, которую исполняют. Этюд -64 такта и более.

3. «Модерн» и «Джаз-танец».

3.1. Упражнения на технику «Модерн» и «Джаз-танец». Эмоциональная реакция на музыкальное сопровождение. Импровизация. Акробатика всех понятий «модерн» и «джаз-танец». Усложненные танцевальные «дорожки» в продвижении, во вращении и продвижении, в прыжке- продвижении, в прыжке- повороте-продвижении. Поиск новых средств выражения современного танца. Нарботка техники, доведения

движения до автоматизма. Техника танца, «логическое выливание из одного русла в другое». Переход на импровизированную работу с учащимися.

3.2. Танцевальные комбинации, этюды, экспериментальная работа. Повтор и закрепление достигнутого уровня в раскрытых танцевальных комбинациях и этюдах. Составление комбинаций в заданном образе выражения, повторяется мимика, пантомима.

4. «Неоклассика».

4.1. Основное понятие направления танца «неоклассика». Неоклассика - пластика, основанная на классике. Уделяется большое внимание статичности исполнения упражнений низом, корпуса и современной пластичности, раскрепощённости верха корпуса.

4.2. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей. Упражнения на координирование, расслабления одной из частей тела при полной активности и правильности исполнения классического элемента остальными частями тела. Смещение уровней исполнения танцевальных элементов: классический элемент может иметь современное окончание его исполнения. Прыжки и верчения со смещенным центром тяжести. Также они могут заканчиваться в партере (на полу) перекатом, переворотом, стойкой и т.д.

4.3. Развернутые танцевальные комбинации, композиции, этюды. Эмоционально - окрашенное движение в пространстве. Нарботка свободной техники исполнения упражнений и комбинаций. Четкое понимание понятия «душа наружу» (в статике и в движении). Закрепление особенностей техники исполнения направления «Неоклассика» в развернутых ролевых комбинациях, отражение эмоционального состояния, по заданию, всеми возможными и доступными способами и направлениями танца. Работа в парах.

5. Творческая работа.

5.1. Репетиционная работа, работа над постановочной техникой исполнения. Постоянное расширение репертуара, сохранение поставленных номеров. Ввод новых исполнителей. Подбор музыкального материала для постановки номеров. Подбор партий для Исполнителей, с учётом их физических способностей и физиологических особенностей. Постановка номеров на «насуточные темы» сегодняшнего дня.

5.2. Работа с партией, ролью, художественным образом: разработка костюма, подборка грима, причёски-парика, обуви.

Требования к уровню подготовки

По окончании пятого года обучения обучающиеся должны знать:

- необходимые условия занятий хореографией, в том числе правила техники безопасности и оказания первой помощи при ушибах, вывихах, ударах;

- характер влияния танца, эмоционально – окрашенного движения на человека, его психическое и физическое состояние.

Уметь:

- провести разминку, с начинающими изучать основы хореографии;
- составить тренировочную танцевальную комбинацию на 8 - 16 тактов;
- рассказать о правильности исполнения танцевальных элементов, любого изучаемого танцевального направления;
- выразить характер музыки через импровизированный танец;
- выполнять более сложные движения танца (по координации, по темпу и длительности - на дыхание);
- исполнять сложные вращения: ф) fouette, б) tours lent, в) комбинированные вращения разных танцевальных направлений;
- исполнять прыжки классического танца (маленькие, средние, большие), прыжки джазового танца, танца модерн, комбинированные;
- самостоятельно делать необходимую под «хореографический образ» причёску, накладывать грим для сценического воплощения роли, идеи танца;
- реставрировать сценический костюм, а также изготавливать доступные детали сценического костюма, аксессуары, атрибуты, декорации.

Методическое обеспечение

1. Видеозаписи выступлений с концертов и конкурсов ансамбля современной хореографии «Метеоритм» и других образцово - показательных ансамблей и коллективов.

2. Фонотека музыкального материала.

3. Список заведений, которые необходимо посетить обучающимся для творческого развития:

- Театр оперы и балета (min 3 балета);
- мастер классы по хореографии (min 3 раза в год);
- Академический театр драмы;
- фестивали и конкурсы по хореографии (min 3 раза в год);
- Театр музыкальной комедии (спектакль по хореографии «На грани»).

Материально-техническое обеспечение

1. Просторный класс, оборудованный станками, зеркалами.
2. Форма для занятий хореографией: белые носочки, трико, купальник, футболка, шорты, балетные тапочки. Причёска — шишка.
3. Магнитофон.
4. CD - диски.
5. Фортепиано.
6. Народно - сценическая (каблучные туфли, сапоги) и джазовая обувь (джазовки).
7. Концертные костюмы.
8. Коврики – 15 шт.

Список литературы

1. Бекина С.И. и др. музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет). Из опыта работы муз.. руководителей дет. садов/Авт.-сост.: С.И. Бекина, Т.П. Ломанова, Е.Н. Соковина. – М.: Просвещение, 1983. – 208с., нот.
2. Васильева Е. Танец. М.: Издательство «Искусство», 1968. – 247с.
3. Есаулов И.Г., Есаулова К.А. Народно-сценический танец: Учебное пособие. – 2-е изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2014. – 208с.
4. Костровицкая С.В. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс): Учеб.-метод. пособие. 2-е изд., доп. – Л.: Искусство, 1981. – 262с., 4л.ил.
5. Мастер класс, Мойсеевцы. 28.10.14.
https://vk.com/videos23980606?z=video30697029_170114404%2Fpl_23980606_-2
6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений сред. профессионального образования. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 256с.:ил.
7. Развитие данных на основе художественной гимнастики
https://vk.com/videos23980606?z=video-9068269_456239980%2Fpl_23980606_-2
8. Элькис Г.Я. О пластическом тренаже актера. _ К.: Мистецтво, 1986, - 118с.
9. Эффективный танцевальный элемент
https://vk.com/videos23980606?z=video-59270032_456239795%2Fpl_23980606_-2

Календарный учебный график первого года обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	групповая	2	Позиция ног VI, основное положение: руки на пояс.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
2		групповая	2	Упражнения для стоп и выворотности.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
3		групповая	2	I - позиция ног и положения рук.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
4		групповая	2	Упражнения для нижней выворотнос ти.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
5	октябрь	групповая	2	Положение корпуса и II – позиция ног.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
6		групповая	2	Положение полупальцы. Точки класса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
7		групповая	2	Упражнения для подлопаточной гибкости.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
8		групповая	2	Повторение позиций ног. Положение головы.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
9		групповая	2	Упражнения на поясничную гибкость.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
10		групповая	2	Полуповороты. Смена точек класса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися, Игровая форма контроля.
11		групповая	2	Музыкальный темп, ритм. Этюды, импровизация.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля. Прохлапывание и протапывание музыкального

						ритма обучающимися.
12		групповая	2	Музыкальный размер 2/4.	Танцевальный зал	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися
13	ноябрь	групповая	2	Упражнения для стоп, верхней и нижней выворотности.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
14		групповая	2	Повороты на 360 градусов за рукой. Оббег предметов, изучение сторон право-лево.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
15		групповая	2	Упражнения для развития подлопаточной и поясничной гибкости.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
16		групповая	2	Изучение рисунков танца.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
17		групповая	2	Музыкальный размер 3/4: вальс, мазурка. Целая нота и 1/2.	Танцевальный зал	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
18		групповая	2	Растяжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
19		групповая	2	Музыкальный размер 4/4. Понятие – пауза.	Танцевальный зал	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
20		групповая	2	Растяжки. Координирование.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.

21		групповая	2	Основные понятия танца «модерн»: «центр», «баланс».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
22	декабрь	групповая	2	Упражнения на понятие «центр». Упражнения на развитие равновесия.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
23		групповая	2	Основные понятия танца «модерн»: «контракция», «релаксация».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
24		групповая	2	Упражнения на середине зала: стоя, сидя, лежа, по кругу.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
25		групповая	2	Закрепление понятий танца «модерн». Прыжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
26		групповая	2	Танцевальные шаги, их различное сочетание.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
27		групповая	2	Прыжки: соте.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
28		групповая	2	Прыжки: соте, подскоки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
29		групповая	2	Изменения уровня исполнения движений – смещение «центра» обучающегося.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
30	январь	групповая	2	Прыжки: эшапе.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
31		групповая	2	Изменения уровня исполнения движений в пространстве	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

				(сидя, стоя, лежа, в прыжке).		
32		групповая	2	Танцевальные комбинации на 8, 16, 32 тактов.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала.
33		групповая	2	Основные элементы джазового танца.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
34		групповая	2	Основные позиции ног «джаз» - танца.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
35	февраль	групповая	2	Основные позиции рук «джаз» - танца.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
36		групповая	2	Понятие «изоляция».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
37		групповая	2	Понятие «Свинг».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
38		групповая	2	Упражнения на развитие координации рук.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
39		групповая	2	Упражнения на развитие координации ног.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
40		групповая	2	Упражнения на развитие координации корпуса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
41		групповая	2	Упражнения на развитие координации головы.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
42		групповая	2	Упражнения для развития прыжков.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

43	март	групповая	2	Танцевальные комбинации, включающие в себя понятие «изоляция».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
44		групповая	2	Танцевальные комбинации, включающие в себя понятие «свинг».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
45		групповая	2	Контрастная музыкальная импровизация.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
46		групповая	2	Освоение пространство танцевального класса.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля
47		групповая	2	Освоение пространства через «чувство партнёра».	Танцевальный зал	Игровая форма контроля
48		групповая	2	Постановка танцевальных номеров.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала.
49		групповая	2	Основа танца – сюжет (игра).	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
50		групповая	2	Изучение комбинаций к постановке.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала
51		групповая	2	Осознание сюжета танцевального номера.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
52	апрель	групповая	2	Развод танцевального рисунка, освоение танцевального пространства.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
53		групповая	2	Контрастная	Танцевальный	Игровая форма

				музыкальная импровизация.	зал	контроля.
54		групповая	2	Репетиционный процесс перед зеркалом.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
55		групповая	2	Отработка хореографической лексики.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала.
56		групповая	2.	Смена танцевального рисунка.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля
57		групповая	2	Смена и ориентировка в танцевальном рисунке.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
58		групповая	2	Репетиционный процесс без зеркала.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
59		групповая	2	Концертная деятельность.	Танцевальный зал	Конкурсы, концерты.
60		групповая	2	Развитие мелкой моторики пальцев.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
61	май	групповая	2	Репетиционный процесс перед зеркалом.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
62		групповая	2	Отработка хореографической лексики.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала.
63		групповая	2	Конкурс - творческая деятельность.	Танцевальный зал	Дипломы, Награды, Победы.
64		групповая	2	Разбор не получившихся моментов на выступлении.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала.

65		групповая	2	Отработка хореографической лексики на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
66		групповая	2	Концертная и конкурсная деятельность.	Танцевальный зал	Конкурсы, концерты, Открытые занятия.
67		групповая	2	Танцевальная импровизация.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
68		групповая	2	Импровизация в форме игры, занимая все пространство класса.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.

Календарный учебный график второго года обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	групповая	2	Упражнения для стоп.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
2		групповая	2	Упражнения для верхней и нижней выворотности.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
3		групповая	2	Упражнения для поясничной гибкости.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
4		групповая	2	Упражнения для подлопаточной гибкости.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
5		групповая	2	Упражнения, включающие понятие «центр».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
6		групповая	2	Упражнения, включающие понятие «баланс».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
7		групповая	2	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
8		групповая	2	Упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа. Танцевальные шаги. Увеличение энергии исполнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

9	октябрь	групповая	2	Упражнения для растяжки шага.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
10		групповая	2	Понятие «спираль» и «гравитация».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
11		групповая	2	Упражнения, включающие понятие «спираль».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
12		групповая	2	Упражнения, включающие понятие «гравитация».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
13		групповая	2	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
14		групповая	2	Танцевальные комбинации на 8,16,32 и более тактов.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
15		групповая	2	Понятия «контракция» и «релаксация». Закрепление навыков и умений полученных ранее.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
16		групповая	2	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике. Увеличение энергии исполнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

17	ноябрь	групповая	2	Усложнённые упражнения для развития хореографических данных.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
18		групповая	2	Упражнения на дыхание. Скручивание.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
19		групповая	2	Ускорение движения (смена темпа).	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
20		групповая	2	Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
21		групповая	2	Танцевальные шаги. Увеличение энергии исполнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
22		групповая	2	Упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
23		групповая	2	Смещение «центра» танцовщика в пространстве.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
24		групповая	2	Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях: battement, tandus.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
25	декабрь	групповая	2	Упражнения	Танцевальный зал	Показ

				для развития хореографических данных. Прыжки.	зал	упражнений обучающимися.
26		групповая	2	Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
27		групповая	2	Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях: battementtandus jetes.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
28		групповая	2	Упражнения на развитие подвижности стопы, тазобедренного сустава.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
29		групповая	2	Закрепление особенностей техники исполнения танца «модерн» в развернутых комбинациях: portdebras.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
30		групповая	2	Понятие «изоляция».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
31		групповая	2	Изолирование головы, плеч, рук.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
32		групповая	2	Изолирование плечо – локоть – кисть.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

33	январь	групповая	2	Усложнённые упражнения для развития хореографических данных.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
34		групповая	2	Упражнения для выработки подъёма стоп. Упражнения, включающие в себя понятие «изоляция».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
35		групповая	2	Усложнённые упражнения для развития хореографических данных, растяжка пага.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
36		групповая	2	Упражнения, включающие в себя понятие «изоляция». Изучение возможных уровней танца.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
37		групповая	2	Изоляция бедро – колено – стопа.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
38		групповая	2	Изучение возможных уровней танца. Сочетание контрастных элементов.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
39	февраль	групповая	2	Укрепление силы стоп. Упражнения на развитие координации.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
40		групповая	2	Понятие «свинг».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
41		групповая	2	Виды джазовых шагов.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

				Сюжетный этюд.		
42		групповая	2	Танцевальные джазовые шаги в чистом виде.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
43		групповая	2	Танцевальные джазовые шаги в чистом виде. Прыжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
44		групповая	2	Развитие движений от простого к сложному. Разбор и расчленение движения на составные. Прыжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
45		групповая	2	Импровизация «контакт». Движение предыдущего танцовщика являются основой для последующего.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
46		групповая	2	Слушание и анализирование музыки. Акцентирование на сильную долю такта в шагах и хлопках.	Танцевальный зал	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
47	март	групповая	2	Укрепление сводов стоп, раскрытие тазобедренных суставов, раскрытие плечевого пояса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля..
48		групповая	2	Танцевальные комбинации	Танцевальный зал	Показ упражнений

				включающие в себя понятия "изоляция", «свинг». Импровизация.		обучающимися.
49		групповая	2	Наработка техники исполнения по частям и в целом всей комбинации и с ускорением темпа исполнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
50		групповая	2	Фигурная маршрутовка с перестроением Танцевальные шаги.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля. Прохлопывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
51		групповая	2	Танцевальные джазовые шаги в чистом виде. Прыжки. Комбинации на смену «уровней».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
52		групповая	2	Элементы музыкальной грамоты: размеры.	Танцевальный зал	Прохлопывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
53		групповая	2	Танцевальные шаги с фигурной маршрутовкой и паузами. Такт и затакт.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля. Прохлопывание и протапывание музыкального ритма обучающимися
54		групповая	2	Постановка Разучивание движений танцевальных номеров. Понятие «	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.

				хореографический образ»: этюды и игры.		
55		групповая	2	Постановка Разучивание движений танцевальных номеров. Прогонные репетиции на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. В идеозаписи, обработка отснятого материала.
56	апрель	групповая	2	Отработка танцевальных элементов в группе и индивидуально	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Видеозаписи, обработка отснятого материала.
57		групповая	2	Импровизация в джазовом танце. Работа с дыханием.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
58		групповая	2	Элементы музыкальной грамоты: целая нота и половинка, четвертинка и восьмушки.	Танцевальный зал	Прохлапывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
59		групповая	2	Всестороннее развитие хореографических данных: улучшение результатов.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
60		групповая	2	Упражнения на развитие координации для рук, ног, головы, корпуса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
61		групповая	2	Комбинации отдельно для рук, ног, головы, бедер, плеч, корпуса	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

				и их координирован ие.		
62		групповая	2	Танцевальные джазовые шаги в танцевальных комбинациях к постановке танцевального номера. Прыжки – кроссы.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
63		групповая	2	Импровизация по заданию: использование выученных понятий джазового танца.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
64	май	групповая	2	Организация и подготовка к выступлению.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
65		групповая	2	Сочетание контрастных элементов. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
66		групповая	2	Репетиционны й процесс. Элементы актерского мастерства.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.
67		групповая	2	Освоение пространства сцены.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
68		групповая	2	Репетиционны й процесс. Индивидуальн ые и общие репетиции.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Видеозаписи, обработка

						отснятого материала.
69		групповая	2	Освоение пространства сцены. Правила поведения на сцене, за кулисами.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
70		групповая	2	Подлопаточная и поясничная гибкость, как залог безопасных переворотов. Правила поведения на сцене, за кулисами.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
71		групповая	2	Индивидуальные и общие репетиции при участии всех возрастных групп в танцевальном зале и на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
72		групповая	2	Импровизация «контакт». Танцевальные комбинации: 8 тактов с различным музыкальным размером, на 16 и 32 такта.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Игровая форма контроля.

Календарный учебный график третьего года обучения

N п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	групповая	2	Экзерсис у станка. Постановка корпуса, рук, ног, головы.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
2		групповая	2	Preparation, Прыжки и с двух ног на две ноги.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
3		групповая	2	Demi – plié, battement tendus. Позы, положения, связанные с понятием croise, efface.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
4		групповая	2	Battement tendu du demi – plié, passé par terre. Позы, положения, связанные с понятием croise, efface.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
5		групповая	2	Знакомство с понятием « en de hors » и « en dedans ». Позы, положения, связанные с понятием croise, efface.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
6		групповая	2	I форма port de bras. Battement tendu jeté saut. Relevés I, II, III позиции. Трапплинные прыжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
7		групповая	2	Temps levés sautés, changement de pied. Арабеск 1.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
8		групповая	2	I форма port de bras. Прыжки: sauté.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
9	октябрь	групповая	2	Relevés lents.	Танцевальный зал	Показ упражнений

				Проучивание перегиба корпуса назад, в сторону, вперед. Grandplié.	зал	обучающимися.
10		групповая	2	I форма port de bras.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
11		групповая	2	Temps lie par terre.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
12		групповая	2	Battement retires. Grand battement jete. Подготовительное упражнение для rondde jampen L'air. Cote.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
13		групповая	2	Battements developpe. Третья форма port de bras. Полуповороты в V позиции. Знакомство с точкой при вращении.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
14		групповая	2	I форма port de bras.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
15		групповая	2	Арабеск 2, Pas de chatte на II позицию.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
16		групповая	2	Арабеск 3. Вращения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
17	ноябрь	групповая	2	Арабески 1, 2, 3. Прыжки на опущение баллона.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
18		групповая	2	Temps lie par terre. Полуповороты.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
19		групповая	2	Temps lie par terre. Вращения по точкам класса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
20		групповая	2	Арабески 1, 2, 3.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

21		групповая	2	Вращения.Растяжк и.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
22		групповая	2	Позы, положения, связанные с понятием croise, efface.Растяжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
23		групповая	2	Арабески 1, 2, 3 (положение рабочей ноги на полу). Растяжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
24		групповая	2	Вращения. Растяжки.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
25	декабрь	групповая	2	Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма. Акробатические упражнения. Акробатические упражнения.	Танцевальный зал	Опрос обучающихся перед исполнением акробатического упражнения о правилах ТО. Показ упражнений обучающимися.
26		групповая	2	Безопасность исполнения акробатических упражнений, профилактика травматизма. Акробатические упражнения.	Танцевальный зал	Опрос обучающихся перед исполнением акробатического упражнения о правилах ТО. Показ упражнений обучающимися.
27		групповая	2	Акробатические упражнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
28		групповая	2	Акробатические упражнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
29		групповая	2	Акробатические упражнения.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
30		групповая	2	Азбука музыкального движения.	Танцевальный зал	Прохлопывание и протапывание музыкального ритма обучающимися.
31		групповая	2	Упражнения на понятие «центр».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
32	январь	групповая	2	Упражнения на	Танцевальный	Показ упражнений

				развитие равновесия в статичных положениях тела и в динамике.	зал	обучающимися.
33		групповая	2	Упражнения на «баланс».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
34		групповая	2	Упражнения на дыхание.	Танцевальный зал	Игровая форма контроля.
35		групповая	2	Упражнения комбинированные: контракция – релаксация.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
36		групповая	2	Упражнения «спираль» и виды перегибов корпуса.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
37		групповая	2	Изучение сложных по координации шагов – «тилт», «триплет», «батафога».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
38	февраль	групповая	2	Изучение сложных по координации шагов. Танцевальн ые комбинации, этюды.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
39		групповая	2	Танцевальные комбинации, этюды. Этюд на 64 такта и более.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Вideoз аписи, обработка отснятого материала
40		групповая	2	Импровизационны й танец. Экспериментальна я работа.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала
41		групповая	2	Постановки концертных номеров, номеров с атрибутами, репетиции.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
42		групповая	2	Постановки концертных номеров, номеров	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.

				с атрибутами, репетиции.		
43		групповая	2	Постановки концертных номеров, номеров с атрибутами, репетиции.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
44		групповая	2	Индивидуальная работа.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
45		групповая	2	Грим, прическа, костюм.	Танцевальный зал	Совместное творчество. Фотоотчёт.
т	март	групповая	2	Работа с атрибутами номеров.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
47		групповая	2	Работа с атрибутами номеров..	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
48		групповая	2	Индивидуальная работа с исполнителями, солистами.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
49		групповая	2	Отработка танцевальных элементов.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.
50		групповая	2	Сводные репетиции.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.Видеозаписи, обработка отснятого материала
51		групповая	2	Грим.	Танцевальный зал	Фотоотчёт.
52		групповая	2	Прогонные репетиции всей программы на сцене. Прическа.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися.Видеозаписи, обработка отснятого материала
53		групповая	2	Концерты, фестивали, конкурсы.	Танцевальный зал	Грамоты, дипломы, победы.
54		групповая	2	Концерты,	Танцевальный	Грамоты, дипломы,

				фестивали, конкурсы.	зал	победы.
55	апрель	групповая	2	Упражнения на развитие техники «Джаз – танец».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
56		групповая	2	Упражнения на «изоляцию».	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
57		групповая	2	Вводы новых исполнителей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
58		групповая	2	Вводы новых исполнителей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
59		групповая	2	Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
60		групповая	2	Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
61		групповая	2	Отработка движений и элементов с ансамблем, с группами исполнителей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
62		групповая	2	Отработка движений и элементов с ансамблем, с группами исполнителей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
63		групповая	2	Прогонные репетиции всей программы на сцене.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Видеозаписи, обработка отснятого материала
64	май	групповая	2	Концерты, фестивали, конкурсы.	Танцевальный зал	Грамоты, дипломы, победы.

65		групповая	2	Упражнения на координацию рук, ног, головы.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
66		групповая	2	Танцевальные связки (дорожки), различные их виды и сочетания. Танцевальные комбинации, этюды.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
67		групповая	2	Ускорения темпа, смещение ритма.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
68		групповая	2	Импровизация в джазовом танце.	Танцевальный зал	Видеозаписи, обработка отснятого материала
69		групповая	2	Отработка движений и элементов с ансамблем, с группами исполнителей.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися
70		групповая	2	Концерты, фестивали, конкурсы.	Танцевальный зал	Грамоты, дипломы, победы.
71		групповая	2	Изучение своего тела, как инструмента.	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися. Видеозаписи, обработка отснятого материала
72		групповая	2	Составление этюдов. Экспериментальная работа «нижний брейк – данс» (стойки).	Танцевальный зал	Показ упражнений обучающимися