

Комитет по образованию администрации муниципального образования «Город Саратов»
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи им. О.П. Табакова»

«Утверждаю»
Директор МАУДО
«ДТДиМ им. О.П. Табакова»
_____ Муковозов Н.А.
Приказ № 106 от 30.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Классический танец»**

Возраст учащихся – 7 – 17 лет
Срок реализации – 8 лет
Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Щепетова Надежда Юрьевна

Саратов

2023 г.

Паспорт программы

Наименование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Классический танец»
Составитель	Педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Щепетова Надежда Юрьевна
Направленность	Художественная
Цель	Приобщение учащихся к хореографическому искусству через овладение техники исполнения классического, народного, исторического танцев.
Задачи	Обучающие задачи: Сформировать систему знаний об особенностях различных видов и жанров хореографического искусства. Обучить основам классического и народного танца. Научить умению передавать сценический образ, характер пластическими средствами хореографического искусства. Развивающие задачи: Развивать музыкальность и чувство ритма; физические данные (осанку, правильное дыхание, пластику, культуру и выразительность движений). Развивать коммуникативные компетенции, умение работать в коллективе. Воспитательные задачи: Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца. Формировать устойчивый интерес к художественной деятельности. Развивать творческую активность и инициативу.
Возраст учащихся	7-17 лет
Год разработки	2020 год, обновление программного содержания в 2023 году.
Сроки реализации	8 лет
Планируемые результаты	В результате успешного освоения программы освоения учащиеся умеют сотрудничать, работать индивидуально и в группе; владеют основами самоконтроля, самооценки; демонстрируют сформированное нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе творческой деятельности. Проявляют интерес к хореографии, искусству танца. Владеют хореографической терминологией и различными техниками танцевального искусства.

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы»

Пояснительная записка

Направленность программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Классический танец» художественной направленности реализуется в хореографическом ансамбле танца «Карамель».

Актуальность программы

В искусстве хореографии заложены многие формы художественного воспитания детей. Продуктивность воспитания детей средствами танца обусловлена синтезирующим характером хореографии, которая объединяет в себе музыку, ритмику, изобразительное искусство, театр и пластику движений. Именно хореографическое искусство успешнее всего реализует развитие зрительных, слуховых и двигательных форм эмоционального восприятия мира, снимает умственное утомление.

Таким образом, функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

Педагогическая целесообразность программы объясняется широкими возможностями программы в содействии творческому, познавательному, физическому развитию и духовно-нравственному воспитанию учащихся. Освоение данной программы обеспечит развитие у учащихся знаний и формирование умений, необходимых для исполнительской деятельности на сцене.

Познавательное развитие учащихся обеспечивается усвоением хореографической терминологии, расширением и углублением знаний в области танцевальной культуры.

Духовно-нравственное развитие опирается на богатство художественного мира, стимулирующего развитие творческих способностей, воображения, предоставляющего возможность выразить себя и понять другого человека средствами искусства, строится на воспитании ценностного отношения к труду, уважения к труду другого человека, развивает коммуникабельность, самодисциплину.

Профессионально-ориентированное развитие достигается освоением комплекса сценических дисциплин, включающих хореографию, драматургию, актёрское мастерство, позволяющих учащимся примерить различные профессиональные роли (танцовщика, хореографа-постановщика, художника по костюмам, по гриму и т.д.).

Здоровьесбережение учащихся предусматривает само направление. Хореографические занятия укрепляют общефизическое состояние ребёнка, развивают опорно-двигательный аппарат, воспитывают выносливость, помогают снять психическое напряжение, успокоить и улучшить настроение, устранить побочные последствия стресса. В процессе освоения приемов учащиеся овладеют специальными навыками (формирование осанки,

правильного дыхания). Здоровьесбережение достигается и благодаря оздоровительно-коррекционной функции экскурсий на свежем воздухе, поездок за город.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что программа предусматривает максимальное включение творческих заданий и упражнений, направленных на развитие образного мышления и формирование художественного вкуса, совершенствование классической техники, предполагает обязательное включение воспитанников в работу над постановкой крупных сценических форм (классических балетов на литературной основе детских сказок).

В процесс обучения внедрены интегрированные, индивидуальные, с элементами импровизации занятия, позволяющие учащимся не только реализовать себя в различных танцевальных жанрах, но и выступать в роли хореографов-постановщиков.

Содержание программы включает в себя синтез классической, народной и современной хореографии, а также набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться в современном обществе.

Занятия строятся с учётом переключения на разнообразные виды деятельности с целью снятия перенапряжения и утомляемости детей.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. Автором программы использовалась методическая литература, базовые программы (программа 1 года обучения В.П. Сердюкова, Москва, 1987 г.), личный опыт работы.

Образовательный процесс организован в рамках трёх этапов:

- 1 этап - формирование базовых знаний и навыков (1,2 годы обучения).
- 2 этап - применение и развитие знаний/умений в рамках занятий и концертно-сценических мероприятий (3,4 годы обучения).
- 3 этап – совершенствование исполнительского мастерства (5-8 год).

Адресат программы.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 17 лет, проявляющих интерес к танцевальному искусству. Число занимающихся учащихся в каждой группе составляет 10-12 человек.

Возрастные особенности учащихся

Группы 7-10 лет. Общие характерные черты этого возраста: любознательность, конкретность мышления, подражательность, подвижность, неумение концентрировать долго свое внимание на чем-либо одном. У учащихся этого возраста высок авторитет старшего товарища или взрослого, появляется способность ставить цели, касающиеся самого себя, своего собственного поведения. Содержанием занятий в этой группе является музыкально-ритмическая деятельность учащихся, основы классического экзерсиса. Приобщаясь к музыке, они усваивают несложные музыкальные формы, тем самым развивается чувство ритма, музыкальный слух и память, развивается творческая фантазия и танцевальные данные.

Группы 10-13 лет. Учащиеся уже имеют определённый баланс знаний по хореографии, музыке. В этом возрасте учащиеся отличаются внутренней уравновешенностью, жизнерадостностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Они с удовольствием принимают новый учебный материал и танцевальный репертуар ансамбля. Формы занятий, следующие: тренинг танцевального мастерства (классический, историко-бытовой), репетиции, танцевально-игровое творчество.

Группа 14-17 лет. С этим возрастом связан процесс формирования личности подростка, его взросления, появление устойчивых профессиональных интересов и способности приобрести определенные навыки. Психологические процессы, начало которым положено в подростковом возрасте, продолжают, но ведущим в развитии становится интимно-личностное общение. В этой группе актуальны следующие формы занятий: тренинг танцевального мастерства с усложнением экзерсиса в партере у станка, на середине зала; постановка танцевальных композиций высокого класса (танцы классического репертуара, народно-национального колорита).

Зачисление в объединение производится по заявлению родителей или лиц, их заменяющих.

Определение уровня подготовки детей при приёме в группу 1 года обучения производится на основе индивидуального собеседования, имеет следующие параметры:

прослушивание музыкального слуха, чувства ритма; определение умения двигаться под простейшую музыку: музыкальный ритм 2/4 (марш), 3/4 (полька), 2/4 (полька); просмотр физических данных ребёнка (фигура, стопа, шаг, выворотность, прыжок, гибкость).

Сроки реализации и объем программы.

Программа рассчитана на 8 лет обучения. Общий объем программы – 576 часов. Количество часов в год: 1, 2 год обучения по 144 часа; 3 -8 год обучения по 216 часов.

Режим занятий

Режим занятий регламентируется согласно действующим требованиям регионального управления Роспотребнадзора и СанПиН.

Занятия проводятся спаренными 2 раза в неделю (1,2-ой год обучения), 3 раза в неделю (3-8-ой год обучения) с 10 минутным перерывом между занятиями. Продолжительность занятий составляет 45 минут (1 час).

Цель программы: приобщение учащихся к хореографическому искусству через овладение техники исполнения классического, народного, исторического танцев.

Обучающие задачи:

Сформировать систему знаний об особенностях различных видов и жанров хореографического искусства.

Обучить основам классического и народного танца.

Научить умению передавать сценический образ, характер пластическими

средствами хореографического искусства.

Развивающие задачи:

Развивать музыкальность и чувство ритма; физические данные (осанку, правильное дыхание, пластику, культуру и выразительность движений).

Развивать коммуникативные компетенции, умение работать в коллективе.

Воспитательные задачи:

Воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца.

Формировать устойчивый интерес к художественной деятельности.

Развивать творческую активность и инициативу.

Предметные результаты

В результате успешного освоения программы освоения учащиеся **должны знать:**

специальную хореографическую терминологию; жанры, виды, особенности танцевального искусства; разнообразие выразительных средств: лексика танца, композиционное построение; исторические сведения о хореографическом искусстве, творчестве его выдающихся деятелей; лучшие образцы хореографического, музыкального искусства; особенности постановки танцевальных композиций, основы построения крупных хореографических форм.

должны уметь:

определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; исполнять движения классического экзерсиса; выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии; пластически выразительно и эмоционально исполнять разнохарактерные танцы; самостоятельно выстраивать комбинации, фрагменты, этюды на основе ранее полученных хореографических знаний, навыков, умений.

должны владеть:

различными техниками танцевального искусства; основами комбинационного построения танца; качественным анализом исполнительского мастерства.

Метапредметные и личностные результаты

В результате успешного освоения программы освоения учащиеся

умеют сотрудничать, работать индивидуально и в группе; владеют основами самоконтроля, самооценки; демонстрируют сформированное нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе творческой деятельности.

Проявляют интерес к хореографии, искусству танца. Владеют хореографической терминологией и различными техниками танцевального искусства.

Содержание программы

Учебный план первого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Ритмика				
	Ходьба под сопровождение музыки в разных ритмах и темпах (музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4)	4	-	4	Наблюдение педагога
	Музыкально-подвижные игры	4	-	4	Наблюдение педагога
	Упражнения в движении музыкального размера 2/4, 4/4	4	-	4	Наблюдение педагога. Контрольное занятие
3.	Азбука классического танца				
	Постановка корпуса, головы у станка	4	2	2	Устный опрос Наблюдение педагога
	Позиции ног	6	2	4	Устный опрос Наблюдение педагога
	Позиции рук	6	2	4	Устный опрос Наблюдение педагога Контрольное занятие
4.	Партерная гимнастика				
	Упражнения, направленные на укрепление мышц спины, постановку корпуса	4	-	4	Наблюдение педагога
	Упражнения, направленные на укрепление голеностопа	2	-	4	Наблюдение педагога
	Упражнения, способствующие развитию гибкости корпуса, вытянутости ног в колене	4	-	4	Наблюдение педагога Контрольное занятие
5.	Элементы народного танца				
	Позиции рук и ног	4	2	2	Наблюдение педагога
	Шаги: простой, переменный	4	2	2	Наблюдение педагога
6.	Постановочная работа	22	-	22	Наблюдение педагога
7.	Промежуточный контроль	2	1	1	Открытое занятие для родителей тестирование

	Итого:	72	12	60	
Второе полугодие					
8.	Ритмика				
	Сочетания медленной и быстрой ходьбы, бега, скачков соответственно характеру хлопков и музыки	8	-	8	Устный опрос Наблюдение педагога
	Музыкально-подвижные игры	12	-	12	Устный опрос. Контрольное занятие
9.	Азбука классического танца				
	Упражнения на середине зала на координацию движений	4	2	2	Наблюдение педагога Устный опрос
	Музыкальный размер 4/4: шаги, подскоки	4	-	4	Наблюдение педагога Устный опрос
	Музыкальный размер 2/4: шаг	4	-	4	Наблюдение педагога Устный опрос
	Музыкальный размер 3/4: шаг, повороты на полупальцах	6	1	6	Наблюдение педагога Устный опрос. Контрольное занятие
10.	Элементы народного танца				
	Упражнения на основе движений рук русского танца	4	-	4	Наблюдение педагога Устный опрос
	Переменный ход: вперед с носка, с каблука, с подскоком	6	2	4	Наблюдение педагога Устный опрос. Контрольное занятие
11.	Партерная гимнастика				
	Упражнение, направленное на растяжение связок голеностопа: Круговое движение стоп en dehors	4	-	4	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Упражнения, способствующие развитию гибкости корпуса, вытянутости ног в колене	4	-	4	Наблюдение педагога.
12.	Постановочная работа	12	-	12	Наблюдение педагога. Тестирование Контрольные занятия
13.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Открытое занятие для родителей тестирование
	Итого:	72	10	62	
	Всего	144	22	122	

Учебный план второго года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Ритмика и пластика				
	Коллективно-порядковые упражнения. Перестроения	3	1	2	Наблюдение педагога
	Ритмические упражнения на середине зала	2	-	2	Устный опрос. Контрольное занятие
3.	Танцевальные этюды				
	Танцевальный шаг в разном характере и ритме	2	-	2	Наблюдение педагога
	Танцевальные композиции, построенные на подскоках, галопе	2	-	2	Устный опрос. Контрольное занятие
4.	Классический экзерсис у станка				
	Позиции ног – I, II, III, IV, V	3	1	2	Наблюдение педагога
	Позиции рук – подготовительное положение I, II, III	3	1	2	Наблюдение педагога
	Demi plie по позициям у станка	4	1	3	Наблюдение педагога
	Battemen t tendu. Temps saute по позициям у станка	6	1	5	Наблюдение педагога
	Закрепление изученных элементов	4	-	4	Устный опрос. Контрольное занятие
5.	Экзерсис на середине зала				
	Позиции рук	4	1	3	Наблюдение педагога
	Demi plie по позициям в положении en face	8	1	7	Наблюдение педагога
	Закрепление изученных элементов на середине зала	3	-	3	Устный опрос. Контрольное занятие
6.	Элементы историко-бытового и народного танца				
	Знакомство с этикетом, позиции ног в бытовом и бальном танце	4	1	3	Наблюдение педагога
	Положение корпуса и рук в бытовом и бальном танце	5	1	4	Наблюдение педагога
	Pas glisse. Pas eleve.	4	1	2	Наблюдение педагога
7.	Постановочная работа	11	-	11	Устный опрос. Тестирование Контрольные занятия

8.	Промежуточный контроль	2	1	1	Тестирование Открытое занятие для родителей
	Итого:	72	14	58	
Второе полугодие					
9.	Ритмика и пластика				
	Танцевальные шаги в такт музыке и затакт музыки	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Тренировочные упражнения	3	-	3	Устный опрос. Контрольное занятие
10.	Танцевальные этюды				
	Упражнения на ориентировку в пространстве	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Этюды в различных ритмах	4	-	4	Контрольное занятие
11.	Классический экзерсис у станка				
	Relevés на полупальцах	4	1	3	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Battement tendu jete	4	1	3	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Rond de jambe en l'air en dehors u en dedans	4	2	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Plie releve на 45	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Battement developpe во всех направлениях	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Port de bras	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Закрепление элементов экзерсиса у станка	2	-	2	Тестирование Контрольное занятие
12.	Экзерсис на середине зала				
	Отработка изученных элементов классического экзерсиса на середине зала.	6	1	5	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Tempssaute по позициям на середине зала	8	1	7	Тестирование Контрольное занятие
13.	Элементы историко-бытового и народного танца				
	Paseleve –боковой подъемный шаг	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Реверанс, поклоны	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.

	Примеры композиций танцев XVIII века	4	1	3	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Полонез. Основное положение рук, корпуса, шаг полонеза	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Бытовой танец XVIII века (полька). Основные элементы танца	2	-	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
	Элементы танцев комбинированной польки.	3	1	2	Наблюдение педагога. Устный опрос.
14.	Постановочная работа	10	1	9	Устный опрос. Тестирование Контрольное занятие
15.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тестирование Открытое занятие для родителей
	Итого:	72	11	61	
	Всего	144	25	119	

Учебный план третьего года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Классический экзерсис у станка				
	Battement tendus	8	1	7	Наблюдение педагога. Опрос.
	Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Demi rond et rond de jambe	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battement releves tens	10	1	9	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battement fondu	8	1	7	Контрольное занятие
3.	Классический экзерсис на середине зала				
	Отработка позиций рук	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Demiplier. Понятия en face, ehalement, efface	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battement tendus jete en face	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.

	Releve на полупальцах	2	-	2	Контрольное занятие
4.	Партерный экзерсис				
	Упражнение, лежа на спине. Музыкальный размер 2/4, 3/4	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Упражнение, лежа на боку. Музыкальный размер 3/4, 2/4	4	-	4	Контрольное занятие
5.	Элементы историко-бытового танца				
	Реверансы и поклоны XVI, XVII, XIX веков	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Элементы мазурки: pasgala по линиям и по кругу (соло)	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Элементы мазурки: pascougu по линиям и по кругу (соло).	2	1	1	Контрольное занятие
6.	Элементы народного танца				
	Полуприседание (demi plie) по I, II, III, IV, V позициям – плавные и резкие	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Перевод ноги с носка на каблук (battement tendus) в трех направлениях	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
7.	Постановочная и репетиционная работа	38	-	38	Наблюдение педагога. Тестирование Контрольные занятия
8.	Промежуточный контроль	2	1	1	Тестирование мини-концерт
	Итого:	108	9	99	
Второе полугодие					
9.	Классический экзерсис у станка				
	Battement fondu	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battement frappe	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battements soutenus	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Grand plie	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Grand battement jete	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Полуповороты на полупальцах с двух ног endedans et endehors	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battements retires	2	-	2	Контрольное занятие
10.	Классический экзерсис на середине зала				
	Releve на полупальцах	4	1	3	Наблюдение педагога. Опрос.
	Rond de jambe par terre en dedans Rond de jambe par terre en dedans	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Adagio	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.

	Allegro	2	-	2	Контрольное занятие
11.	Партерный экзерсис				
	Упражнение, лежа на боку. Музыкальный размер 2/4	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Упражнение, стоя на коленях. Музыкальный размер 2/4, 3/4	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос.
12.	Историко-бытовой танец. Мазурка	6	1	5	Контрольное занятие
13.	Элементы народного танца				
	Упражнения с ненапряженной стопой (flik-flak)	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	«Веребочка»	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Низкие и высокие развороты стоп	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
14.	Постановочная и репетиционная работа	40	2	38	Контрольные занятия Наблюдение педагога. Тестирование
15.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тестирование, концерт
	Итого:	108	9	99	
	Всего	216	18	198	

Учебный план четвертого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Классический экзерсис у станка				
	Battement tendus pour batterie. Battement fondus. Battements frappes	12	1	11	Наблюдение педагога. Опрос.
	Pas tombe с продвижением, pord de bras	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Preparation к pirouette sur le cou-de-pied	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос.
	Pirouette с V позиции en dehors et en dedans	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battements soutenus на 90	4	-	4	Контрольное занятие
3.	Классический экзерсис на середине зала				
	Pord de bras	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battements tendu	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос.

	Rond de jambe par terre en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга	3	1	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Battements soutenus	4	-	4	Контрольное занятие
4.	Партерный экзерсис				
	Упражнения для стоп, для развития выворотности	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос.
	Упражнения на исправление осанки	4	-	4	Контрольное занятие
5.	Элементы народного танца				
	Дробь	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Подбивка	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос.
	Хлопки и хлопучки.	2	-	2	Контрольное занятие
6.	Элементы бытового танца				
	Танцевальные шаги.	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Па де пати́нер	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
	Фигурный вальс свободной композиции	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос.
7.	Постановочная и репетиционная работа	35	-	35	Контрольные занятия Наблюдение педагога. Тестирование
8.	Промежуточный контроль	2	1	1	Тестирование, открытое занятие, концерт
	Итого:	108	10	98	
Второе полугодие					
9.	Классический экзерсис у станка				
	Plie	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement tendu	3	1	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement tendu jete	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Rond de jambe par terre	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement foundus	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement soutenus	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement frappes	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Rond de jambe en l'air	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос

	Petit battements	3	-	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Allegro.	5	-	5	Контрольное занятие
10.	Классический экзерсис на середине зала				
	Battements developpes passe en face на 90	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Ten lie на 90	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Grand battements jetes developpe	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Allegro. Pas entrechat quatre. Pas echappe battu	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Preparation в tours en dehors et en dedans из IV и II позиции	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Tours chaines по диагонали	2	-	2	Контрольное занятие
11.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на исправление осанки	4	1	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Упражнения на растяжку, выполняемые парой	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос
12.	Элементы народного танца				
	Дроби, дробные комбинации	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Основные движения в народном танце	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Элементы национальных танцев	2	-	2	Контрольное занятие
13.	Историко-бытовой танец				
	Скорый менуэт	4	1	4	Наблюдение педагога. Опрос
	Вальс –гавот	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Вальс –мазурка	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
14.	Постановочная и репетиционная работа	40	5	40	Контрольные занятия Наблюдение педагога. Тестирование
15.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тестирование, открытое занятие, концерт
	Итого:	108	9	99	
	Всего	216	19	197	

Учебный план пятого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Классический экзерсис у станка				
	Battements releves et battements developpes en face в позах	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос
	Demi et grand rond de jambe deveioppe. Полупальцы	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос
	Grand battements jete. Полупальцы	4	1	3	Наблюдение педагога. Опрос
	Battements battus sur le cou-de -pied вперед en face	2	1	1	Наблюдение педагога. Опрос
	Упражнения на пуантах	8	2	6	Контрольное занятие
3.	Классический экзерсис на середине зала				
	Battements tendus	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос
	Battements fondu	8	-	8	Наблюдение педагога. Опрос
	Allegro	3	1	2	Наблюдение педагога. Опрос
4.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	4	-	4	Наблюдение педагога. Контроль и оценка выполнения
	Упражнение для развития подвижности голеностопного сустава. Растяжка на шпагат	4	-	4	Наблюдение педагога. Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на исправление осанки	2	-	2	Наблюдение педагога. Контроль и оценка выполнения
5.	Народный танец				
	Элементы кадрили	4	1	3	Наблюдение педагога. Контроль и оценка выполнения

	Элементы национальных танцев	4	1	3	Наблюдение педагога. Контроль и оценка выполнения
6.	Историко-бытовой танец				
	Экосез	4	1	3	Контроль и оценка выполнения
	Полька- мазурка	2	1	1	Контроль и оценка выполнения
	Шакон	3	1	2	Контроль и оценка выполнения
7.	Постановочная и репетиционная работа	40	-	40	Контрольные занятия Контроль и оценка выполнения Тестирование
8.	Промежуточный контроль	2	1	1	Тестирование, открытое занятие
	Итого:	108	14	94	
Второе полугодие					
9.	Классический экзерсис у станка				
	Battement	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос
	Petit temps lie	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос
	Allegro.	8	-	8	Наблюдение педагога. Опрос
	Упражнения на пуантах	10	-	10	Контрольное занятие
10.	Классический экзерсис на середине зала				
	Battemtnt. Адажио и т.д.	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос
	Allegro.	6	-	6	Наблюдение педагога. Опрос
	Арабески. Port de bras.	4	-	4	Наблюдение педагога. Опрос Контрольное занятие
11.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на растягивание, укрепление мышц ног	4	-	4	Контроль и оценка выполнения

	Упражнения на выворотность стоп	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на укрепление спины, брюшного пресса	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения в паре	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
12.	Народный танец				
	Подготовка к «чечетке»	2	-	2	Наблюдение педагога. Опрос
	Элементы национального танца	4	-	4	Контрольное занятие
13.	Историко-бытовой танец				
	Особенности танцевальной культуры XIX века.	2	2	-	Наблюдение педагога. Опрос
	Контрданс	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Миньон	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
14.	Постановочная и репетиционная работа	40	2	38	Контрольные занятия Контроль и оценка выполнения Тестирование
15.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Контрольное открытое занятие
	Итого	108	5	103	
	Всего	216	19	197	

Учебный план шестого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	Устный опрос
2.	Классический экзерсис у станка				Наблюдение педагога. Опрос
	Flic-flac en tournant	6	1	5	Наблюдение педагога. Опрос
	Battement developpe	2	1	1	Контроль и оценка выполнения

	Developpe ballotte	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Grand battement jete balance	2	1	1	Контроль и оценка выполнения
	Pas de bourree en tournant	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на пуантах	8	2	6	Контрольное занятие
3.	Классический экзерсис на середине зала				
	Battement tendu u battement tendu jete	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Tournant en dehors u en dedans по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Jete с продвижением в сторону по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	6-е port de bras – preparation в IV позицию для туров в больших позах	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Pas de bourree ballotte en tournant по 1/4 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Temps lie на 90 градусов, вперед и назад	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Glissade en tournant на 1/2 поворота и на целый поворот	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Allegro	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
4.	Партерный экзерсис				
	Упражнения в паре.	4	-	4	Контроль и оценка выполнения
	Растяжка на шпагат	4	-	4	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на исправление осанки	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
5.	Народный танец				
	Отработка движений народного танца	4	1	3	Контроль и оценка выполнения
	Элементы национальных танцев	4	1	3	Контроль и оценка выполнения
6.	Историко-бытовой танец				
	Котильон	4	-	4	Контроль и оценка выполнения
	Краковяк	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Менуэт	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
7.	Постановочная и репетиционная работа	40	-	40	Контроль и оценка выполнения
8.	Промежуточный контроль	2	1	1	Контрольное открытое занятие
	Итого:	108	9	99	
Второе полугодие					

9.	Классический экзерсис у станка				
	Battement tendu u battement tendu jete	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Tournant en dehors u en dedans по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Jete с продвижением в сторону по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	6-е port de bras – preparation в IV позицию для туров в больших позах	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Pas de bourree ballote en tournant по 1/4 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Temps leve на 90 градусов, вперед и назад	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Glissade en tournant на 1/2 поворота и на целый поворот	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на пуантах	10	-	10	Контроль и оценка выполнения
10.	Классический экзерсис на середине зала				
	Battement tendu u battement tendu jete	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Tournant en dehors u en dedans по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Jete с продвижением в сторону по 1/2 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	6-е port de bras – preparation в IV позицию для туров в больших позах	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Pas de bourree ballote en tournant по 1/4 поворота	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Temps leve на 90 градусов, вперед и назад	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Glissade en tournant на 1/2 поворота и на целый поворот	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Allegro	6	-	6	Контроль и оценка выполнения
11.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на растягивание, укрепление мышц ног	4	-	4	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на выворотность стоп	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения на укрепление спины, брюшного пресса	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Упражнения в паре	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
12.	Народный танец				
	Отработка элементов «чечетки» (flik-flak) 2/4, 4/4	2	-	2	Контроль и оценка выполнения
	Элементы национального танца. Тарантелла	4	-	4	Контроль и оценка выполнения

13.	Историко-бытовой танец				
	Французская кадриль	3	-	3	Контроль и оценка выполнения
	Русский лирический	3	-	3	Контроль и оценка выполнения
14.	Постановочная и репетиционная работа	40	2	38	Контроль и оценка выполнения
15.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Отчетный концерт
	Итого	108	5	103	
	Всего	216	18	198	

Учебный план седьмого – восьмого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля / аттестации
			теория	практика	
Первое полугодие					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика	2	1	1	
2.	Классический экзерсис у станка				
	Отработка элементов классического танца у станка. Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног	6	-	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении	6	-	4	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
3.	Экзерсис на пуантах				
	Полуповороты в V-позиции	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pas de bouree de cote	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения

	Sur–sur в маленьких и больших позах	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pascouru вперед и назад	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pas полки en face et epaulement	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pascoupe-ballonne с открыванием ноги в сторону	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
4.	Классический экзерсис на середине зала				
	Отработка элементов классического танца на середине зала	6	1	5	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Ускорение темпа исполнения танцевальных движений	6	1	5	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
5.	Allegro				
	Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Changement de pied	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения

	Pas échappé во II позицию	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
6.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на укрепление мышцы спины, улучшение гибкости позвоночника	2	1	1	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Упражнения на подвижность голеностопного сустава, эластичность мышц голени и стопы	2	1	1	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
7.	Основы композиции танца	8	2	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
8.	Создание сценического образа	8	2	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
9.	Работа над техникой танца	10	-	10	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
10.	Постановочная и репетиционная работа	30	-	30	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
11.	Промежуточный контроль	2	1	1	Отчетный концерт
	Итого:	108	12	96	
Второе полугодие					

12.	Классический экзерсис у станка				
	Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении	6	2	4	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Отработка элементов классического танца у станка	6	-	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
13.	Экзерсис на пуантах				
	Pasechappeentournant на II позицию по 1/4 оборота	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Sissonneouverte на 45 во всех направлениях и позах (без продвижения)	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Preparation для pirouette с V позиции	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pas assemble soutenu en tournant en dehors et dedans по 1/2 оборота	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pirouette с V позиции en dehors et en dedans	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pascoupe-ballonne с открыванием ноги в сторону	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения

	Pas deboureesuivienface в маленьких позах с продвижением в сторону, вперед, назад и на месте (entournant)	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
14.	Классический экзерсис на середине зала				
	Ускорение темпа исполнения танцевальных движений	6	1	5	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Отработка элементов классического танца на середине зала	6	1	5	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
15.	Allegro				
	Pas assemble с продвижением вперед и назад en face и в позах	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Changement de pied	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Pas échappé во II позицию	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
16.	Партерный экзерсис				
	Упражнения на укрепление мышцы спины, улучшение гибкости позвоночника	2	1	1	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения

	Упражнения на подвижность голеностопного сустава, эластичность мышц голени и стопы	2	1	1	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
	Упражнения на развитие выворотности и танцевального шага	2	-	2	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
17.	Основы композиции танца	8	2	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
18.	Создание сценического образа	8	2	6	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
19.	Работа над техникой танца	10	-	10	Показ индивидуальный и группой, наблюдение, контроль и оценка выполнения
20.	Постановочная и репетиционная работа	30	-	30	Внутренний конкурс, наблюдение, контроль и оценка выполнения
21.	Промежуточная аттестация (7 год обучения). Итоговый контроль (8 год обучения)	2	1	1	Отчетный концерт, контрольное занятие
	Итого:	108	11	97	
	Всего	216	23	193	

Содержание первого года обучения

(Формирование базовых знаний и навыков)

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика

Теория. Техника безопасности. Правила поведения на занятиях, культура общения в танце, со сверстниками. Требования к сценическому облику.

Практика. Входная диагностика.

2.Ритмика.

Практика. Понятие пространственных перестроений. Круг: лицом и спиной, по одному и в парах. Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг. Перестроения из свободного расположения в круг и обратно. Линия: движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад. «Звёздочки». «Шахматный» порядок. Ходьба по ходу часовой стрелки, и против часовой стрелки.

Музыкально-подвижные игры

Практика. Хороводные игры. Игры «Воротца», «Змейка», «Считалочки», «Запомни мелодию», «Заводные игрушки», «Пьеро и Буратино», «Слушай хлопки» и т.д. Считалочки или игры с пением используются для развития слухового внимания детей, быстроты реакции, координации движений, для создания позитивного настроения.

Упражнения в движении музыкального размера 2/4, 4/4

Практика. «Пружинка» – легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт. «Мячик» – прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2/4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт. Упражнения для рук и кистей. Упражнение для плеч. «Мельница» – круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной. Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку. Основные виды движения: шаги с носка по кругу. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Шаги с высоким подъемом колена. Музыкальный размер 2/4.

3. Азбука классического танца.

Теория. Понятия опорной и работающей ног. Знакомство с хореографическими терминами «позиция», «preparation», «темп», «ритм», «battement tendu», «eпаulement croise», «efface» и т.д.

Постановка корпуса

Теория. Правила, особенности, требования при выполнении упражнений на постановку корпуса.

Практика. Постановка корпуса – в первой позиции, переходя затем ко второй, третьей и пятой позициям. Музыкальный размер 4/4 и 3/4. Характер музыкального сопровождения плавный, легатированный. Положение сохраняется на протяжении от восьми до шестнадцати тактов.

Позиции ног

Теория. Правила, особенности, требования при изучении позиций ног.

Практика. Первоначально построение позиций изучают на середине зала, не соблюдая выворотности. Выворотность ног вводится вместе с постановкой корпуса. Позиции ног изучаются в следующем порядке: первая, вторая, третья, пятая и четвертая. Четвертую позицию, как наиболее трудную, проходят последней.

Позиции рук

Теория. Правила, особенности, требования при изучении позиций рук.

Практика. Первоначальная постановка кисти рук, подготовительное

положение, первая, вторая, третья позиции и т.д. Музыкальный размер 4/4 и 3/4. Включение движений головы.

4. Партерная гимнастика.

Упражнения, направленные на укрепление мышц спины, постановку корпуса

Практика. Упражнения: «Качели»: исходное положение: лежа на животе, поочередно ноги вверх – руки вниз, руки вверх – ноги вниз. «Дельфин»: исходное положение – лежа на животе, руки в опоре перед грудью, прогибаем спину, руки выпрямляем, сгибаем руки в локтях, ровные вытянутые ноги поднимаются вверх. «Звездочка»: исходное положение – лежа на животе, руки перед собой ладонями вниз, ноги вытянуты вместе. Отрываем максимально натянутые руки и ноги от пола, одновременно разводим руки и ноги в стороны (в звездочку) и возвращаем в исходное положение. Голова – продолжение шеи, взгляд в пол.

Упражнения на укрепление голеностопа

Практика. Упражнение № 1. Исходное положение: сидя на ногах, согнутых в коленях, стопы натянуты до предела, руками упираемся перед собой, поднимаем колени к груди перенося вес на пятки. Важно, чтобы стопы были сомкнуты. Выполняем упражнение по 6 и 1 позициям по 5 мин на каждую позицию. Упражнение № 2 (flex/point поочередно). Исходное положение: сидя, руки на поясе, ноги вытянуты вперед, работаем стопами из положения flex в положение point. Важно, чтобы спина была прямой. Упражнение № 3 (поэтапное дотягивание стопы). Исходное положение: сидя на полу, руки на поясе, ноги вытянуты перед собой, колени и стопы натянуты до предела, работаем подъёмом, пальцы и стопы поочередно. Сначала пальцы/стопы и обратно, затем стопы/пальцы и обратно.

Упражнения, способствующие развитию гибкости корпуса, вытянутости ног в колене

Практика. Упражнения, развивающие гибкость: «Корзиночка»: лежа на животе, ноги согнуты в коленях, руки держат вытянутые стопы. Поднять корпус и делать легкие покачивания вперед, назад; удерживать корпус, не качаясь. Лежа на животе, ноги согнуты в коленях, руки перед собой вытянуты в локтях. Головой пытаемся достать до стоп. «Колечко»: лежа на животе, ноги согнуты в коленях, руки перед собой вытянуты в локтях. Головой пытаемся достать до стоп.

5. Элементы народного танца.

Теория. Знакомство с характерными особенностями народного танца.

Позиции рук и ног

Практика. Семь позиций рук: I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца. IV, V, VI, VII позиции. Переводы рук в различные основные положения. Позиции ног. Пять выворотных положений классического танца – I, II, III, IV, V. Пять прямых позиций. Пять свободных позиций. Закрытые позиции.

Шаги: простой, переменный

Практика. Простой шаг: исходная позиция, движение на 1/2 такта. Движение

с продвижением вперед. Движение с продвижением назад. Переменный шаг: исходная позиция I свободная, движение на такт. Продвижение вперед, назад.

6. Постановочная работа.

Практика. Освоение основных элементов танцев. Разучивание и отработка танцевальных композиций.

7. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание терминологии, особенностей выполнения хореографических упражнений, определение позиций рук и ног.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных этюдов.

8. Ритмика.

Сочетание ходьбы, бега, скачков

Практика. Движение по кругу с вытянутым носком и коленом. Шаги на высоких полу пальцах. Шаги на пяточках. Бег по кругу. Шаги маленькие, прыжок вверх. Прыжки-ножницы по кругу, ноги меняются прыжком. «Галоп» правым плечом вперед, приставными шагами по кругу. «Галоп» левым плечом вперед, прыгаем приставными шагами с левой ноги. Подскоки.

Музыкально-подвижные игры

Практика. Игры «Стирка», «Музыкальная змейка», «Музыкальная шкатулка», «Замри», «Сделай так», ««Хлопни, хлопни и притопни» и т.д. Соблюдается основной принцип ритмики: все движения должны быть органически связаны с музыкой, соответствовать её характеру и средствам музыкальной выразительности.

9. Азбука классического танца.

Упражнения на середине зала на координацию движений

Теория. Терминология: Exercise на середине зала. Положения, направления, позы, дополнительные движения. Прыжки. Вращения.

Практика. Plie. Музыкальный размер 4/4, комбинация на 16 тактов. Различные виды battement tendu и battement tendu jete.

Полька 4/4: шаги, подскоки

Практика. Шаг польки: переменный шаг, выполненный легкими прыжками. Шаги польки вперед, назад и с поворотом кругом. Приставные шаги галопом.

Марш 2/4: шаг

Практика. Марш (танцевальный шаг) со сменой размеров и темпов.

Вальс 3/4: шаг, повороты на пальцах

Теория. Знакомство с музыкальным размером. Техника исполнения поворотов.

Практика. Шаг вальса: вперед, назад, в сторону и с поворотом кругом.

10. Элементы народного танца.

Упражнения на основе движений рук русского танца

Практика. Движение рук: переводы рук в различные основные положения. Обращения с платочком, характерные движения с платочком.

Переменный ход: вперед с носка, с каблука, с подскоком

Теория. Знакомство с переменным ходом.

Практика. Простой бытовой шаг вперед с носка, с каблука на всю ступню. Шаг на полу пальцах. Переменный ход на всю ступню. Переменный ход на ступню и полу пальцы. Переменный ход с подскоком и ударом позади опорной ноги.

11. Партерная гимнастика.

Упражнения, направленные на растяжение связок голеностопа

Практика. Упражнение № 1. Сидя на ногах, согнутых в коленях, стопы натянуты до предела, руками упираемся перед собой, поднимаем колени к груди перенося вес на пятки. Упражнение № 2 (flex/point поочередно). Сидя, руки на поясе, ноги вытянуты вперед, работаем стопами из положения flex в положение point. Упражнение № 3. (позатпное дотягивание стопы). Сидя на полу, руки на поясе, ноги вытянуты перед собой, колени и стопы натянуты до предела, работаем подъёмом, пальцы и стопы поочередно.

Упражнения, способствующие развитию гибкости корпуса, вытянутости ног в колене

Практика. Упражнения, развивающие гибкость: «Бабочка»: исходное положение, сидя полу, ноги соединены стопами, колени лежат на полу, руками держимся за ноги. Спина прямая, плечи опущены в поясницу, поясницу сильно подтянуть вверх. Наклоняемся вперёд на ноги, стараемся достать подбородком пол, локти при этом стараемся положить на пол. Поднимаемся с пола с прямой спиной в исходное положение. «Гусь»: исходное положение, сидя на коленях, стопы развести в стороны до тех пор, пока ягодицы не окажутся на полу, руками взяться за пятки, локти согнуть, спина ровная, плечи опущены вниз, колени сильно развести в стороны. Наклоняемся вперёд, кладём подбородок и грудь на пол, затем поднимаемся в исходное положение. «Мостик»: исходное положение, стоя на коленях, колени широко разведены. Прогибаемся в талии назад кладём руки на стопы образуя мостик. Голова запрокинута назад.

12. Постановочная работа.

Практика. Освоение основных элементов танцев. Разучивание и отработка танцевальных композиций.

13. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание терминологии, особенностей выполнения хореографических упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных этюдов.

Содержание второго года обучения

(Формирование базовых знаний и навыков)

1. Вводное занятие. Техника безопасности Входная диагностика.

Теория. Техника безопасности. Правила поведения в ДТДиМ, общественных

местах. Постановка целей и задач на учебный год.

Практика. Входная диагностика.

2. Ритмика и пластика.

Коллективно-порядковые упражнения

Теория. Изучение основ музыки (характер, жанр, сильная и слабые доли).

Правила, приемы выполнения движений ритмики и пластики.

Практика. Положение в парах. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну. Построение из круга в шеренгу. Построение в две и четыре шеренги.

Ритмические упражнения

Практика. Музыкально-ритмические упражнения: притопы (простой, двойной), хлопки (в ладоши простые, в ритмическом рисунке, в парах с партнером). Музыкально-хореографические этюды: «Паровозики», «Пингвины», «Котята», «Лягушки» и т.д.

3. Танцевальные этюды.

Танцевальный шаг в разном характере и ритме

Практика. Подскоки, шаг галопа, приставной, переменный шаг, шаг галопа, скрестный шаг. Смена направления. Характер движения.

Танцевальные композиции

Практика. Творческие танцевальные импровизации на заданную тему.

4. Классический экзерсис у станка.

Позиции ног – I, II, III, IV и V

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса у станка.

Практика. Отработка техники выполнения позиций ног. Положение корпуса при смене позиций ног.

Позиции рук

Теория. Описание позиций рук, работа мышечного скелета.

Практика. Отработка техники выполнения позиций рук. Подготовительное положение, I, II, III. Варианты позиций.

Demi plie по позициям у станка

Теория. Особенности исполнения demi plie.

Практика. Demi plie по I, II, III позиции у станка. Demi plie по IV, V позиции у станка. Отработка техники исполнения.

Battement tendu

Теория. Особенности исполнения battement tendu.

Практика. Battement tendu: по I позиции в сторону, вперед, назад. Battement tendu с demi plie по I позиции в сторону, вперед, назад. Battement tendu по V позиции в сторону, назад, вперед. Закрепление battement tendu.

Закрепление изученных элементов

Практика. Закрепление изученных позиций ног и рук. Demi plie по позициям у станка. Закрепление battement tendu по I и V позициям. Battement tendu с demi plie.

5. Экзерсис на середине зала.

Позиции рук

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса на середине

зала.

Практика. Отработка позиций рук (подготовительное, I,I,III). Постепенное раскрытие рук по позициям.

Demi plie по позициям в положении en face

Теория. Техника выполнения demi plie на середине зала.

Практика. Demi plie по I позиции, в положении en face по I, II позиции. Demi plie по IV, V позиции в положении en face.

Закрепление изученных элементов на середине зала

Практика. Закрепление изученных позиций рук. Demi plie по позициям. Закрепление demi plie по позициям в положении en face.

6. Элементы историко-бытового и народного танца.

Знакомство с этикетом. Позиции ног в бытовом и бальном танце

Теория. Знакомство с этикетом прошлых веков, со стилем движения, костюмами, аксессуарами туалета (веер, платок, трость и т.д.).

Практика. Просмотр старинных гравюр, посещение художественного музея им. А.Н. Радищева. Особенности танцевальной культуры XIX-XIX в.в. на примере просмотра балета «Лебединое озеро», оперы «Евгений Онегин». Изучение танцевального шага.

Положение корпуса и рук в бытовом и бальном танце

Теория. Основные элементы историко-бытового танца, особенности их исполнения.

Практика. Положение корпуса и рук примере полонеза и падеграса. Примеры композиций танцев XVIII века. Бытовой танец XVIII века полька. Основные элементы танца.

Pas qlisse. Pas eleve

Теория. Особенности техники танцевальных шагов Pas qlisse (\скользящий шаг) и Pas e leve (боковой подъемный шаг).

Практика. Отработка техники исполнения Pas qlisse и Pas eleve.

7. Постановочная работа.

Практика. Постановка композиций, отработка техники исполнения.

8. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание терминологии, особенностей выполнения хореографических упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

9. Ритмика и пластика.

Танцевальные шаги в такт и затакт музыки

Теория. Понятия «Такт. Затакт».

Практика. Отработка танцевальных шагов в такт музыки. Различение затакта.

Тренировочные упражнения

Практика. Упражнения на развитие чувства ритма: «Ритмические импровизации», «Перемена ритма», «Каждому свой ритм», «Раз, два, три, повтори!». Упражнения на развитие пластики: «Волна», «Скручивание», «Пантомима» и т.д.

10. Танцевальные этюды.

Упражнения на ориентировку в пространстве

Практика. «Зеркало», «Телевизор», «Зоопарк», «Море волнуется», «Ритм по кругу» (с усложнением), «Синхронное плавание».

Этюды в различных ритмах

Практика. Творческие танцевальные импровизации на заданную тему.

11. Классический экзерсис у станка.

Relevés на полупальцах

Теория. Правила выполнения элемента классического экзерсиса Relevés.

Практика. Отработка техники выполнения Relevés на полупальцах с I, II, V позиции. Relevés на полупальцах с I, II, V позиции с demi plié.

Battement tendu jete

Теория. Технические приемы исполнения battement tendu jete.

Практика. Отработка техники исполнения battement tendu jete с I позиции. Battement tendu jete с V позиции. Temps saute по I позиции у станка у станка (allegro). Temps saute по II позиции у станка. Temps saute по V позиции у станка.

Понятия направлений en dehors et en dedans

Теория. Понятия направлений en dehors et en dedans.

Практика. Demi rond de jambe par terre en dehors. Rond de jambe par terre en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с passe par terre.

Закрепление изученных элементов

Практика. Закрепление изученных элементов классического экзерсиса relevés на полупальцах, battement tendu jete, направлениях en dehors et en dedans.

12. Экзерсис на середине зала.

Отработка изученных элементов классического экзерсиса

Теория. Особенности выполнения элементов классического экзерсиса на середине зала.

Практика. Demi и grand plié по позициям, battement tendu в маленьких и больших позах.

Temps saute

Теория. Правила выполнения элемента Temps saute на середине зала.

Практика. Temps saute по I позиции на середине зала. Temps saute по II позиции на середине зала. Temps saute по V позиции на середине зала.

13. Элементы историко-бытового и народного танца.

Paseleve

Практика. Отработка техники исполнения Paseleve – бокового подъёмного шага. Pas gliss (скользящий шаг).

Реверанс. Поклоны

Практика. Отработка реверанса дамы XVII, XVIII веков. Поклон кавалера XVII, XVIII века. Поклон и реверанс на разные музыкальные размеры (3/4, 2/4, 4/4).

Примеры композиций танцев XVIII века

Теория. Па и фигуры историко-бытового танца XVIII века. Терминология.

Практика. Отработка техники исполнения па и фигур историко-бытового танца XVIII века: «тур за руки» (tour de mains), «тур на месте» (tour sur place). Бранль.

Полонез

Практика. Основное положение рук, корпуса, шаг полонеза. Геометрические фигуры полонеза.

Бытовой танец XVIII века. Основные элементы танца «Полька»

Практика. Рас польки. Первоначально на месте. По мере усвоения — с продвижением вперед и назад по линии танца. Несложные композиции на сочетание элементов рас польки, подскоков, рас галопа, поклонов, реверансов, шагов и др.

Элементы танца комбинированной польки

Практика. Рас польки (с вращением по кругу соло, по мере усвоения — в парах, поворот девочки «под рукой» мальчика). Полька. Усложненная композиция с различными положениями рук. Галоп.

14. Постановочная работа.

Практика. Постановка танцевальных композиций, отработка техники исполнения.

15. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание терминологии, особенностей выполнения хореографических упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

Содержание третьего года обучения

(Применение и развитие знаний/умений в рамках занятий и концертно-сценических мероприятий)

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.

Теория. Постановка цели и задач обучения в объединении. Техника безопасности на занятиях, при проведении массовых мероприятий и т.д.

Практика. Входная диагностика.

2. Классический экзерсис у станка.

Развитие силы ног путем введения полу пальцев в экзерсис у станка и увеличения количества упражнений, развитие устойчивости. Развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе. Введение элементарного adagio.

Battement tendus

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement tendus, battements tendus demi plie в V позиции в сторону, вперед, назад; battements tendus с опусканием пятки во II позицию, с I и V позиций; battements tendus с demi plie по II позиции, без перехода с опорной

ноги и в IV позицию без перехода, и с переходом с опорной ноги с I и V позиций.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans

Практика. Отработка по зичии preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Demi-rond et rond de jambe

Практика. Отработка элемента demi-rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на полупальцах и на plie.

Battement releves tens

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement releves tens en face на 90 с I позиции. Battements releves tens en face на 90 с I позиции на полупальцах. Battement releves tens en face на 90 с V позиции на полупальцах. Battement releves tens на 90 в позы croise, effase, ecarte с I позиции. Battement releves tens на 90 в позы croise, effase, ecarte с V позиции.

Battement fondu

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement fondu носком в пол en face. Battement fondu на 45 en face вперед, назад, в сторону. Battement fondu на 45 en face на полупальцах. Battement fondu с plie-releve на всей стопе, на 45. Battement fondu с plie-releve на полупальцах, на 45. Battement fondu в позах croise, effase, ecarte.

3. Классический экзерсис на середине.

Позиции рук

Практика. Отработка позиций рук – подготовительное положение, 1,2,3. Повторение поклона, реверанса.

Повторение Demi plie. Понятия en face, ehaulement, efface

Теория. Понятия en face, ehaulement, efface.

Практика. Повторение Demi plie по I, II позиций en face по I, II, V, IV позиции.

Battement tendus jetes

Практика. Battement tendus jetes en face из I позиции вперед, в сторону, назад. Battement tendus jetes en face из V позиции вперед, в сторону, назад.

Releve

Практика. Releve на полупальцах из I позиции с предварительным demi plie. Releve на полупальцах из III позиции с предварительным demi plie (подготовительное положение к вальсу).

4. Партерный экзерсис.

Упражнение, лежа на спине

Практика. Упражнение, лежа на спине. Музыкальный размер 2/4. Battements jete вперед-наверх правой и левой ногой. Grand battements jete вперед-наверх правой и левой ногой. Музыкальный размер 3/4. Шпагат в сторону. Музыкальный размер 3/4 с последующим соединением ног над полом вместе.

Упражнение, лежа на боку

Практика. Battements developpees в сторону. Музыкальный размер 3/4. Grand

battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4. Grand battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4.

5. Элементы историко-бытового танца.

Теория. Знакомство с особенностями танцевальной культуры XVI, XVII, XIX веков. Особенности выполнения элементов мазурки.

Практика. Реверансы и поклоны XVI, XVII, XIX веков. Элементы мазурки: pas gala по линиям и по кругу (соло). Элементы мазурки: pas couru по линиям и по кругу (соло). Элементы мазурки: pas boite вперед, по линиям, с вращением на месте (соло) по одному. Элементы мазурки: pas boite с вращением на месте соло и парами.

6. Элементы народного танца.

Практика. Полуприседание (demi plie) по I, II, III, IV, V позициям – плавные и резкие. Перевод ноги с носка на каблук (battement tendus) в трех направлениях. Маленькие броски (battement tendus, jetes) в трех направлениях.

7. Постановочная работа.

Практика. Постановка сюжетных танцевальных этюдов, концертных номеров. Практическое освоение, реализация пройденного материала по классическому, народному и историко-бытовому танцу.

8. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

9. Классический экзерсис у станка.

Battement fondu

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement fondu носком в пол en face. Battement fondu на 45 en face вперед, назад, в сторону. Battement fondu на 45 en face на полупальцах. Battement fondu с plie–releve на всей стопе, на 45. Battement fondu с plie–releve на полупальцах, на 45. Battement fondu в позах croise, efface, ecarte.

Battement frappe, battement soutenus

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Положение ноги sur le cou de pied подготовительное положение к battements frappe. Battement frappe en face вперед, в сторону, назад в пол. Battement frappe en face вперед, назад, в сторону на 45. Battement soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол. Battement soutenus в сторону, вперед, назад на 45. Battement soutenus вперед, в сторону, назад на полупальцах на 45.

Grand plie. Grand battement jete

Практика. Grand plie с I, II, IV, V позиции. Grand battement jete с I позиции. Grand battement jete с V позиции. Grand battement jete pointes.

Полуповороты на полупальцах

Практика. Полуповороты на полупальцах с двух ног en de danse tende hors. Полуповороты на полупальцах с двух ног en dehors et en dedans с demiplie.

Battements retires

Практика. Battements retires (поднимание ноги из V позиции в положение surlesou-de-pied и возвращение в V позицию).

10. Классический экзерсис на середине.

Releve

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Releve на полупальцах из I позиции с предварительным demiplier. Releve на полупальцах из III позиции с предварительным demiplier. Rond de jambe par terre en de dans Rond de jambe par terre en de dans.

Adagio

Теория. Технические приемы выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Adagio. Battement releve tents en face. Adagio. Battement developpes en face.

Allegro

Практика. Allegro. Temps saute по I, II, V позиции. Chagement de pieds. Pas echappe по II позиции. Pas assemble в сторону.

Повторение Demiplier. Понятия en face, ehaulement, efface

Теория. Понятия en face, ehaulement, efface.

Практика. Повторение Demiplier по I, II позиций en face по I, II, V, IV позиции.

11. Партерный экзерсис.

Упражнение, лежа на боку

Практика. Battements developpes в сторону. Музыкальный размер 3/4. Grand battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4. Grand battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4.

Упражнение, стоя на коленях

Практика. Упражнение, стоя на коленях. Прогибание корпуса назад. Музыкальный размер 3/4. «Покачивание на стопах». Музыкальный размер 3/4. Спуск с пальцев на целую стопу. Музыкальный размер 3/4.

12. Историко-бытовой танец.

Теория. Композиция танца «Мазурка». Правила исполнения элементов.

Практика. Мазурка: Pas boiteux (хромое па) вперед и назад; pas couru (режущий шаг); «голубец (coup de talon) с продвижением в сторону; открытый и закрытый повороты; pas de bourree — balancé; dos a dos с перекрещенными руками на уровне груди (движением вальса); pas chassé.

13. Элементы народного танца.

Практика. Упражнения с ненапряженной стопой (flik-flak). Подготовка к «веревочке». Низкие и высокие развороты стопы (battement fondu).

14. Постановочная работа.

Практика. Постановка сюжетных танцевальных этюдов, концертных номеров. Практическое освоение, реализация пройденного материала по классическому, народному и историко-бытовому танцу.

15. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

Содержание четвертого года обучения

(Применение и развитие знаний/умений в рамках занятий и концертно- сценических мероприятий)

1.Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.

Теория. Постановка цели и задач на учебный год. Техника безопасности на занятии, при проведении мероприятий.

Практика. Входная диагностика.

2.Классический экзерсис.

Закрепление азбуки классического танца, выработка правильного и чистого исполнения, закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз, дальнейшее развитие силы и выносливости. Работа над чистотой и выразительностью, свободой исполнения и использование сложных сочетаний движений.

Battement

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement tendus pour batterie: Battement fondus double на всей стопе. Battement fondus с plie –releveet rond de jambe на 45 en face. Battements frappes et battements double frappe. Battemtns frappes et battements double frappes на полупальцах. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi plie.

Pas tombe, pord de bras

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Pas tombe с продвижением, работающая нога в положении sur le cou-de-pitd носком в пол на 45. Pord de brasc ногой вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и с переходом. Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах с переменной ног (с вытянутых ног и с demiplie).

Preparation

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Preparation к pirouette sur le cou-de-pied.Preparation к pirouette sur le cou-de –pied с подменной ног.Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции. Pirouette с V позиции en dehors et en de dans.

Battements sou tenus

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battements sou tenus на 90 во всех направлениях на полной стопе.

Battements sou tenus на 90 во всех направлениях на полупальцах.

3. Классический экзерсис на середине зала.

Pord de bras

Практика. 1-er pord de bras. 2-er pord de bras.

Battements tendu

Практика. Battements tendu en tournant en dehors по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.

Battements tendu en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.

Rond de jambe

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Rond de jambe par terre en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.

Battements soutenus

Практика. Battements sou tenus на 90 en face. Battements sout tenus на 90 в позах.

4. Партерный экзерсис.

Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага

Практика. Ходение на полу пальцах и на пятках поочередно и на наружных краях стоп, а также вращение стопами лежа на полу. Упражнения, связанные с сокращением и вытягиванием стоп: «зайка», «киска», «птичка». Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага: «Лягушка», «Бабочка». Растяжка вперед: «Шпагат», «Солнышко».

Упражнения на исправление осанки

Практика. Упражнения на исправление осанки: «Поплавок», «Лодочка». Махи назад в кольцо исполняются, стоя на четвереньках. Упражнение «Кошечка». Упражнения, выполняемые парой. Прогибание корпуса назад, лежа на животе 3/4. Прогибание корпуса назад, лежа на животе, 2-ой учащийся держит руки 1-го в III позиции.

5. Элементы народного танца.

Дроби

Практика. Станок: Мягкое и резкое раскрытие ноги (battements developpees). Середина: Дроби. Дробные выстукивание в характере танцев различных национальных республик.

Подбивка

Практика. Станок: Большие броски (grands battements jete). Низкие и высокие развороты (battements fondu) с подъемом на полупальцы. Упражнение, лицом к станку: Прыжки с двух ног на одну ногу в полуприседание. Тренировочные упражнения на середине зала: Подбивка.

Хлопки и хлопучки

Практика. Перегибы и наклоны корпуса (pord de bras). Тренировочные упражнения на середине зала: Хлопки и хлопучки.

6. Элементы историко-бытового танца.

Танцевальные шаги

Теория. Правила выполнения движений, структура и ритмическая раскладка историко-бытового танца.

Практика. Основные движения pas chasse et pas glisse, танцевальные шаги. Па де грас: положение в парах; положение на сценической площадке; изучение бокового шага; изучение баланс - менуэт; сочетание шагов и шага - купе; поклон.

Па де патинер

Теория. Графический рисунок танца.

Практика. Па де патинер: положение в парах; положение на сценической площадке; изучение основного хода шассе; изучение шаг - глиссад; баланс – менуэт; поклон.

Фигурный вальс свободной композиции

Теория. Правила выполнения движений, структура и ритмическая раскладка танца.

Практика. Положение в паре; построение пар на сценической площадке; изучение основного хода (вальсовые повороты вправо-влево по III позиции); па - балансе (из стороны в сторону, вперед-назад); вальсовая дорожка; поклон.

7. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

8. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

9. Классический экзерсис.

Plie. Battement. Petit battemtns

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Повторение Demiplier по I, II позиций enface по I, II, V, IVпозиции. Grand plie. Battements frappees et battements double frappees сокончаниемв demi plie. Grands battements jetes на полупальцах. Grands rond de jambe jetes en dehors et en dedans. Grands battements jete passe par terre (через I позицию). Demi et grand de jambe developpe на полупальцах и из позы в позу. Flik-flac en face. Petit temps releve en dehors et en dedans на всей стопе и на полупальцах (preparation к pirouette). Petit battements sur le cou-de-pied с plie –releve на всю стопе. Petit battemtns sur le cou-de-pied с plie-releve на полупальцах.

Rond de jambe en lair en dehors

Практика. Rond de jambe en lair en dedans. Rond de jambe en lair en dehors с окончанием на demi plie. Rond de jambe en lair en dehors et en dedans с окончанием plie-releve на полупальцы.

Allegro

Практика. Allegro: Pas assemble battu. Allegro: Entrechat-troi. Allegro: Pas jete ferme во всех направлениях.

10. Классический экзерсис на середине зала.

Практика. Battements developpes passe en face на 90. Tempslie на 90 с переходом на всю стопу. Grand battements jetes developpe («мягкие» battemens) на всей стопе. Allegro. Pas entrechat quatre. Preparation в tours en dehors et en dedans из IV и II позиции.

Allegro

Практика. Allegro. Pas echappe battu на 2 ноги. Allegro. Pas assemble в сторону.

Tours chains по диагонали

Практика. Отработка техники исполнения поворота Tours chains по диагонали.

11. Партерный экзерсис.

Упражнения на исправление осанки

Теория. Основные задачи корригирующей гимнастики.

Практика. Упражнения на исправление осанки: «Поплавок», «Лодочка». Махи назад в кольцо исполняются, стоя на четвереньках. Упражнение «Кошечка». Упражнения, выполняемые парой. Прогибание корпуса назад, лежа на животе 3/4. Прогибание корпуса назад, лежа на животе, 2-ой учащийся держит руки 1-го в III позиции.

Упражнения, выполняемые парой на растяжку

Практика. Растяжка на шпагат вперед, стоя на одном колене. Растяжка на шпагат в сторону, стоя на одном колене. Растяжка на шпагат вперед, в сторону, назад стоя на одном. Лягушка друг на дружке (2-й учащийся встает на раскрытые на лягушку колени). Качалочка. Сидя лицом друг к другу на шпагат, перетягивание за руки на поперечный шпагат. Растяжка на поперечный шпагат лицом к стене, 2-й учащийся максимально близко пододвигает бедра 1-го к стене. Grand rond en dehors на 90 до стороны с помощью 2-го учащегося.

12. Элементы народного танца.

Дроби, дробные комбинации

Практика. Дробные ходы: с двойным ударом стопы; с ударом каблука и полупальцев; с подскоком; с продвижением вперед и в сторону. Комбинации дробных движений.

Основные движения в народном танце

Практика. «Гармошка». Продвижение вперед и назад с выбросом ноги на ef facee в русском сценическом танце. Два вида «верёвочки». Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков). Припадание. «Верёвочка» с переступанием. «Ключи». Этюды и комбинации, развивающие навыки парного и ансамблевого танца.

Элементы национальных танцев

Практика. Элементы итальянского танца: два вида хода (Pas de basque, Pas echappe с поворотом в tirbouchone); выбрасывание ноги с каблука на носок, навыки обращения с тамбурином. Элементы украинского танца: отход назад с подбиванием ноги, ход по диагонали с выносом ноги на каблук, «голубцы» с одной ноги. Элементы татарского танца: основной ход, мужской шаг на

каблук, бишек, женский ход с продвижением, бег с ударом полупальцев сзади, боковой ход с поворотом стопы, «Борма», «Присядка-мячик», «Ёлочка».

13. Элементы историко-бытового танца.

Скорый менуэт

Теория. Правила выполнения движений, структура и ритмическая раскладка историко-бытового танца.

Практика. Основные движения танца «Скорый менуэт»: положение в парах; построение на сценической площадке; основной ход шассе; па-меню; па-жете; поза аттитюд; реверанс XVIII века.

Вальс-гавот

Практика. Основные движения танца положение в паре «Вальс-гавот»: построение пар на сценической площадке; основной ход гавота (шаги в сочетании с шагом купе); балансе менуэт; поклон гавота; вальсовые повороты вправо-влево; па балансе; вальсовая дорожка.

Вальс-мазурка

Практика. Основные движения танца положение в паре «Вальс-мазурка»: положение в паре; построение пар на сценической площадке; вальсовые повороты вправо-влево; па де буре; голубец; шаг глиссад; па балансе; простой ключ: поклон.

14. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

15. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

Содержание пятого года обучения

(Совершенствование исполнительского мастерства)

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.

Теория. Постановка цели и задач на учебный год. Техника безопасности на занятии, при проведении мероприятий.

Практика. Входная диагностика.

2. Классический экзерсис.

Закрепление азбуки классического танца, выработка правильного и чистого исполнения, закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз, дальнейшее развитие силы и выносливости. Работа над чистотой и выразительностью, свободой исполнения и использование сложных сочетаний движений.

Battement

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battements releves et battements developpes en face в позах с plie.

Battements releves et battements developpes en face в позах с plie -releve.

Battements releves et battements developpes en face в позах с plie –releve et demi-rond de jambe en face и из позы в позу. Battements battus sur le cou-de -

pied вперед en face. Battements battus sur le cou-de -pied назад en face.

Demi et grand rond de jambe deveioppe

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Demi et grand rond de jambe deveioppe на полупальцах и из позы в позу. Grand battements jetes passe par terre (через I позицию). Grand battements jetes (мягкий) с поднятием на полупальцы.

Упражнения на пуантах

Теория. Правила выполнения упражнений на пуантах.

Практика. Разогрев у палки для пальцевой техники. Echarpe на 1 ногу и en tournant. Echarpe по VI прозиции. Sissonne simple. Pas de bourrée dessus-dessous. Jete fondu. Coupe baloné. Поворот Soutenu в развитии. Pirouette изV позиции.

3. Классический экзерсис на середине зала.

Battements tendu.

Практика. Battements tendu en tournan tendehorsпо 1/8, 1/4 и 1/2 круга.

Battements tendu en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга. Battements tendus jetes en tournant en dehors. Battements tendus jetes en tournant en dedans.

Battements fondu.

Практика. Battements fondu с plie –releve. Battements fondu с demi –ronddejamde на 45 из позы в позу на полупальцах. Battements fondu с plie-releve rond de jambe на 45 enface из позы в позу на всей стопе. Battements fondu double на всей стопе en face.

Allegro.

Практика .5-е pord de bras с demi–plie по IV позиции и с ногой вытянутой на носок. Pas de bourre dessus-dessous en face. Allegro. Pas assemble с продвижением, с приемом pas glissadcoup –шаг. Pas ballotte (носком в пол). Grand pas jete вперед в позах: Attitude croisse III arabesques с pas glissad. Grands sissonne ouverte pas developpe во всех позах. Grand pas assemble в сторону с приемом coupe шаг. Grand pas assemble в сторону с приемом pas glissade.

4,11. Партерный экзерсис.

Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

Практика. Хождение на полу пальцах и на пятках поочередно и на наружных краях стоп, а также вращение стопами лежа на полу. Упражнения, стоя на коленях: «Покачивание на стопах», «Спуск с пальцев на целую стопу». Музыкальный размер 3/4.Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага: «Лягушка», «Бабочка». Растяжка вперед: «Шпагат», «Солнышко».

Растяжка на шпагат.

Практика. Упражнение, лежа на спине. Музыкальный размер 2/4. Battement sjeté вперед-наверх правой и левой ногой. Grand battements jete вперед-наверх правой и левой ногой. Музыкальный размер 3/4. Упражнение, лежа на спине. Шпагат в сторону с последующим соединением ног над полом вместе. Музыкальный размер 3/4. Упражнение, лежа на боку. Battements developpes в сторону. Музыкальный размер 3/4. Grand battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4. Упражнение, стоя на коленях. Прогибание корпуса назад. Музыкальный размер 3/4.

Упражнения на исправление осанки.

Практика. Упражнения на исправление осанки: «Поплавок», «Лодочка». Махи назад в кольцо исполняются, стоя на четвереньках. Упражнение «Кошечка». Упражнения, выполняемые парой. Прогибание корпуса назад, лежа на животе 3/4. Прогибание корпуса назад, лежа на животе, 2-ой учащийся держит руки 1-го в III позиции.

5. Народный танец.

Элементы кадрили.

Теория. Кадриль, как разновидность плясовых форм танца.

Практика. Фигуры кадрили: от характера движения («Задорная», «Крутея», «Проходочка», «дробить»). От рисунка танца («Воротца», «Звездочки», «Уголки»). От отношения танцующих между собой («Знакомиться», «Коситься», «Девки на расхвати»). От названия песен, под которые исполняются фигуры. («Сени», «Подгорка», «Барыня»).

Элементы национальных танцев.

Практика. Элементы молдавского танца: основной ход; боковой ход с ударом каблука; подскоки; выпад вперед и перемена местами (в паре); вынос ноги вперед; боковой ход. Элементы цыганского танца: основной ход вперёд (сценический вид); ход с продвижением назад; женский боковой ход; повороты; владение тамбурином, шалью; чечётка; хлопки, «дрожь» плечей. Ансамблевые и парные этюды.

6. Историко-бытовой танец.

Экосез.

Теория. Правила выполнения движений, структура и ритмическая раскладка танца.

Практика. Техника танца «Экосез»: Chassé, Jeté, Assemblé. Фигуры Экосеза: Tour des mains (поворот за руки), La croix et le rond (крест и круг), трое вниз. Па галопа. Променад экосеза.

Полька-мазурка.

Теория. Графический рисунок танца.

Практика. Техника исполнения «Польки-мазурки»: сочетание двух па (па мазурки, па польки-редовы). Техника шагов.

Шакон.

Теория. Правила выполнения движений, структура и ритмическая раскладка танца.

Практика. Техника исполнения танца «Шакон»: Pas demi-coupe, Chasse et pas

marche, Balance de Menuet, Demi-tour, chasse et pas marche.

7. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

8. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

9. Классический экзерсис.

Battement.

Практика. Battements developpes passe en face на 90. Tem pslie на 90 с переходом на всю стопу. Grand battements jetes developpe («мягкие» battemens) на всей стопе. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi plie. Grands battements jetes на полупальцах. Grands rond de jambe jetes en dehors et en dedans. Grands battements jete passe par terre (через I позицию). Demi et grand de jambe developpe на полупальцах и из позы в позу.

Petit battemtns.

Практика. Petit temps releve en dehors et en dedans на всей стопе и на полупальцах (preparation к pirouette). Petit battements sur le cou-de-pied с plie – releve на всю стопу. Petit battemtns sur le cou-de-pied с plie-releve на полупальцах.

Allegro.

Практика. Allegro: Pas assemble battu. Allegro: Entrechat-trois. Allegro: Pas jete ferme во всех направлениях.

10. Классический экзерсис на середине зала.

Battement.

Практика. Temps lie вперёд и назад. Маленькое адажио с temps lie вперёд и назад. Battement tendu с pour le pied в сторону в epaulement. Battement tendu jete pique и с passé par terre через I позицию. Rond de jambe par terre в сочетании с pas de basque. Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors и en dedans en face на всей стопе. Battement fondu с plie - releve и demi rond на 45 градусов. 3 port de bras с ногой, вытянутой на носок вперёд, назад на plie с растяжкой. Pas de bourree с переменной ног en dehors и en dedans. Pas de bourree на effacee и croise. Поза ecartee вперёд и назад на 45 градусов. Battement releve lent и battement developpe на 90 градусов в позах: croise, effacee, ecartee вперёд и назад. Grand battement jete в больших позах. Припарасьон к турам en dehors и en dedans 2 позиции. Pas de bourree без перемены ног.

Арабески. Port de bras.

Практика. Арабески: 1, 2, 3 и 4 носком в пол. 4 port de bras.

Allegro.

Практика. Pas echarpe на 2 п.н. с поворотом на 180 градусов; pas echarpe 4 позиции на croise и effacee; pas glissade вперёд и назад; pas jete; double

assemble; sissonne ouverte; pas de chat; sissonne fermee в сторону и вперёд.

12. Народный танец.

Подготовка к чечетке.

Практика. Отработка техники flik-flak 2/4, 4/4. Основные движения Stamp, Stomp, Brush, Flap, Flap.

Элементы национальных танцев.

Практика. Отработка элементов украинского, татарского, молдавского, итальянского и т.д. танцев.

13. Историко-бытовой танец.

Особенности танцевальной культуры XIX века.

Теория. Особенности танцевальной культуры XIX века. Изменения техники балетных танцев.

Контрданс.

Практика. Основные движения танца: построение пар на сценической площадке; основной ход контр данса, повороты.

Миньон.

Практика. Основные движения танца положение в паре «Вальс-миньон»: положение в паре; построение пар на сценической площадке; одиночное баланс против линии танца, раскрытие по линии танца, вальсовый шаг по линии танца, променад по линии танца в открытой позиции, закрытие в лодочку на вальсовом шаге, шаг-глиссад по линии танца.

14. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

15. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание методики выполнения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

Содержание шестого года обучения

(Совершенствование исполнительского мастерства)

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.

Теория. Постановка цели и задач на учебный год. Техника безопасности на занятии, при проведении мероприятий.

Практика. Входная диагностика.

2. Классический экзерсис.

Закрепление азбуки классического танца, выработка правильного и чистого исполнения, закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз, дальнейшее развитие силы и выносливости. Работа над чистотой и выразительностью, свободой исполнения и использование сложных сочетаний движений.

Flic-flac en tournant.

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Flic-flac en tournant. En dehors. En dedans. Flic-flac при исполнении адажио и в комбинированном экзерсисе.

Battement developpe. Grand battement jete balance.

Теория. Правила выполнения элементов классического экзерсиса.

Практика. Battement developpe вперед, в сторону, назад на 90° и выше.

Музыкальный размер 2/4, 4/4. с отведением ноги на 1/4 часть круга.

Battement developpe balance .Grand battement jete balance.

Developpe ballote.

Практика. Ballote в два направления: вперед одной ногой и назад другой; исполняется из V позиции. Ballote одной ногой вперед и назад, перемена направления через passe на 90°.

Упражнения на пуантах.

Теория. Правила выполнения упражнений на пуантах.

Практика. Releves по I, II, III позициям. Pas echappe во II позицию (с I-й, V-й позиции). Pas assemble soutenus en face в сторону. Pas de bourree simple en face (с переменной ног). Releve в IV позиции en face, croisee. Releve в IV позиции en face, efface. Pas echappes в IV позицию. Pas assemble soutenu с открыванием ноги в сторону, вперед, назад en face и в позах. Pas glissade с продвижением вперед, в сторону, назад. Petit pas jete с продвижением в сторону, вперед, назад. Petit pas jete с продвижением в сторону, вперед, назад в позах. Sissonne simple en face. Sissonne simple в V позиции. Temps lie par terre вперед и назад.

3. Классический экзерсис на середине зала.

Battements tendu. Battements tendus jetes.

Практика. Battements tendu en tour nan tendehors по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.

Battements tendu en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга. Battements tendus jetes en tournant en dehors. Battements tendus jetes en tournant en dedans.

Allegro.

Практика. 5-е pord de bras с demi-plie по IV позиции с ногой вытянутой на носок. Pas de bourre dessus-dessous en face. Allegro. Pas assemble с продвижением, с приемом pasglissadcoup – шаг. Pas ballote (носком в пол). Grand pas jete вперед в позах: Attitude croisse III arabesques с pas glissad. Grands sissonne ouverte pas developpe во всех позах. Grand pas assemble в сторону с приемом coupe шаг. Grand pas assemble в сторону с приемом pas glissade.

4,11.Партерный экзерсис.

Упражнения в паре.

Практика. Упражнения партерной гимнастики в паре: контакт спиной, перетекание с наклоном на вдохе-выдохе, перекручивание корпуса с замахом руки, перетягивания с упором ног, покачивания за плечи и т.д.

Растяжка на шпагат.

Практика. Упражнение, лежа на спине.Музыкальный размер 2/4. Battements jete вперед-наверх правой и левой ногой. Grand battements jete вперед-наверх

правой и левой ногой. Музыкальный размер 3/4. Упражнение, лежа на спине. Шпагат в сторону с последующим соединением ног над полом вместе. Музыкальный размер 3/4. Упражнение, лежа на боку. Battements developpes в сторону. Музыкальный размер 3/4. Grand battements jetes в сторону. Музыкальный размер 2/4. Упражнение, стоя на коленях. Прогибание корпуса назад. Музыкальный размер 3/4.

Упражнения на исправление осанки.

Практика. Упражнения на исправление осанки: «Поплавок», «Лодочка». Махи назад в кольцо исполняются, стоя на четвереньках. Упражнение «Кошечка». Упражнения, выполняемые парой. Прогибание корпуса назад, лежа на животе 3/4. Прогибание корпуса назад, лежа на животе, 2-ой учащийся держит руки 1-го в III позиции.

5. Народный танец.

Отработка движений народного танца.

Теория. Характер исполнения элементов русского народного танца.

Практика. Отработка основных и комбинированных положений рук. Наиболее распространенные движения рук в хороводах и плясках различных областей России. Шаги, танцевальный бег, ходы, дробы, припадания. Прыжки, верчения, повороты, кружения, танцевальные комбинации.

Элементы национальных танцев.

Теория. Основы белорусского танца, характер исполнения элементов национального танца.

Практика. Основной ход в белорусском танце «Лявониха»: широкий скользящий шаг, боковой ход с подбивкой (галоуп), ход с отбивкой, ход назад, Притопы в три удара. Шаг с двойным подскоком. Ансамблевые и парные этюды.

6. Историко-бытовой танец.

Котильон.

Практика. Котильон как танец-игра. Фигуры котильона. Порядок котильона. Котильон с аксессуарами.

Краковяк.

Практика. Основные движения танца: построение пар на сценической площадке, голубцы, прогулка, вальсовый шаг и повороты. Фигуры танца «Краковяк».

Менуэт.

Практика. Основной шаг менуэта вперёд. Основной шаг менуэта в сторону. Променад основным шагом. Balance-menuete. «Гляделки». «Часики». Поклоны.

7. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

8. Промежуточный контроль.

Теория. Контрольный опрос на знание методики изучения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

9. Классический экзерсис.

Battement.

Практика. Battements tendu en tournant tendre hors по 1/8, 1/4 и 1/2 круга. Battements tendu en tournant en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга. Battements tendus jetes en tournant en dehors. Battements tendus jetes en tournant en dedans.

Упражнения на пуантах.

Практика. Relevés по I, II, III позициям. Pas echange во II позицию (с I-й, II-й позиции). Pas assemble soutenus en face в сторону. Pas de bourree simple en face (с переменной ног). Releve в IV позиции en face, croisee. Releve в IV позиции en face, efface. Passe chappes в IV позицию. Pas assemble soutenu с открыванием ноги в сторону, вперед, назад en face и в позах. Pas glissade с продвижением вперед, в сторону, назад. Petit pas jete с продвижением в сторону, вперед, назад. Petit pas jete с продвижением в сторону, вперед, назад в позах. Sissonne simple en face. Sissonne simple в V позиции. Tempslie par terre вперед и назад.

10. Классический экзерсис на середине зала.

Battement.

Практика. Tempslie вперед и назад. Маленькое адажио с tempslie вперед и назад. Battement tendu с pourle pied в сторону в epaulement. Battement tendu jete pique и с passé par terre через 1 позицию. Rond de jambe par terre в сочетании с pas de basque. Demi rond de jambe на 45 градусов en dehors и en dedans en face на всей стопе. Battement fondu с plie - releve и demi rond на 45 градусов. 3 port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед, назад на plie с растяжкой. Pas de bourree с переменной ног en dehors и en dedans. Pas de bourree на effacee и croise. Поза ecartee вперед и назад на 45 градусов. Battement releve lent и battement developpe на 90 градусов в позах: croise, effacee, ecartee вперед и назад. Grand battement jete в больших позах. Припарасьон к турам en dehors и en dedans со 2 позиции. Pas de bourree без перемены ног.

Allegro.

Практика. Passe chappe на 2 п.н. с поворотом на 180 градусов; passe chappe в 4 позиции на croise и effacee; pas glissade вперед и назад; pas jete; double assemble; sissonne ouverte; pas de chat; sissonne fermee в сторону и вперед.

12. Народный танец.

Подготовка к чечетке.

Практика. Отработка техники flik-flak 2/4, 4/4. Основные движения Stamp, Stomp, Brush, Flap, Flap.

Элементы национальных танцев. Тарантелла.

Практика. Музыкальный размер танца «Тарантелла». Триоли. Основные положения ног. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной). Движения рук с тамбурином. Battements tendu jete. Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie). Jete «носок-каблук» поочередно (с подскоком). Соскоки на полупальцы в 5-й позиции на plie (и на месте и в повороте). Pas echange (соскоки на II позицию). Бег – pas emboite – на месте,

с продвижением вперед. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на cou-de-pied). Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом. Pas de basque. Проскальзывание назад на одной ноге на demi-plie с выведением другой ноги вперед на носок (на месте, с продвижением назад).

13. Историко-бытовой танец.

Французская кадриль.

Практика. Исходное построение. Balance. Promenade. Фигуры кадрили: Le Pantalon, L'Eté, La Poule, La Pastourelle, La Finale.

Русский лирический.

Практика. Музыкальный размер 4/4. Элементы танца «Русский лирический»: основные положения рук, основные движения, учебная комбинация. Шаги: тройной ход, припадания в сторону. Поворот в паре, соло-поворот.

14. Постановочная и репетиционная работа

Теория. Знакомство с музыкальным материалом для танцевальных композиций. Характер и манера исполнения.

Практика. Отработка основных движений танцевальных композиций. Практическое освоение вариаций, постановка балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

15. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание методики выполнения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций.

Содержание седьмого- восьмого годов обучения

(Совершенствование исполнительского мастерства)

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Входная диагностика.

Теория. Постановка цели и задач на учебный год. Техника безопасности на занятии, при проведении мероприятия. Профильная ориентировка учащихся.

Практика. Входная диагностика.

2, 12. Классический экзерсис у станка.

Выработка правильного и чистого исполнения, закрепление устойчивости, развитие координации, выразительности поз, дальнейшее развитие силы и выносливости. Работа над чистотой и выразительностью, свободой исполнения и использование сложных сочетаний движений. Ускорение темпа урока. Более сложно и разнообразно музыкальное сопровождение.

Отработка элементов классического танца у станка. Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног.

Практика. Battement tendu – все направления (в 5 позиции; в позах croisee et effacee; с pour le pied; с demi-plie в 5 позиции; с demi-plie во 2 позиции без перехода и с переходом; с demi-plie в 4 позиции без перехода и с переходом; passé par terre). Demi-plie в 1, 2, 5, 4 позициях. Rond de jambe par terre en

dehors et en dedans. Rond de jambe par terre на demi-plie en dehors et en dedans. Temps releve par terre (preparation для rond de jambe par terre). Battement tendu jete – все направления (в 5 позиции; в позах croisee et ef facee; с demi-plie в 5 позиции; с demi-plie во 2 позиции без перехода и с переходом; с demi-plie в 4 позиции без перехода и с переходом; с pique. Battement frappe на 30°, double, в позах croisee et efface. Battement fondu – все направления (на 45°; double). Petit battement. Releve на полупальцы в 1, 2, 5, 4 позициях. Battement tendus outenu – все направления. Grandplie в 1, 2, 5, 4 позициях. Battement relevent на 90°, в позах croisee et ef facee – все направления. Battement developpe – все направления. Battement developpe passe на 90° – все направления. Grand battement jete с 1, 5 позиций, pointe, в позах croisee et effacee – все направления. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans. Temps releve на 45° en dehors et en dedans. Plie releve с ногой, поднятой на 45° – все направления. Demi-rond de jambe на 45° en dehors et en dedans. Rond de jambe на 45° en dehors et en dedans. Demi-rond de jambe на 90° en dehors et en dedans. Полуповороты в 5 позиции с переменной ног на полупальцах en dehors et en dedans с вытянутых ног, с demi-plie. Pas tombee на месте. Pas coupe на целой стопе. Preparation к tour с 5 позиции en dehors et en dedans. Pas de bourree simpl en face без перемены ног и с переменной ног. Перегибы корпуса. III port de bras – как заключение к различным упражнениям. Tour с 5 позиции en dehors et en dedans.

Комбинирование элементов движений.

Теория. Методика грамотного построения учебных комбинаций классического танца.

Практика. Сочинение учебных комбинаций на основе пройденного материала. Определение темпа, характера исполнения комбинаций. Методическая раскладка движений на музыку. Разбор сочиненных комбинаций с педагогом, развитие умения выявлять ошибки и недостатки. Формирование профессионального видения всего процесса работы. Различие стилей мужского и женского исполнения, которое необходимо учитывать при сочинении комбинаций.

3, 13. Экзерсис на пальцах

Практика. Полуповороты в V позиции. Pas de bouree decote. Pas de bouree ballotte на croisee et ef face. Sur-sur в маленьких и больших позах. Pascouru вперед и назад. Pas польки en face et epaulement. Pas coupe-ballonne с открыванием ноги в сторону. Pas echappe en tournant на II позицию по 1/4 оборота. Sis sonne ouverte на 45° во всех направлениях и позах (без продвижения). Sis sonne ouverte pas developpe на 45° во всех направлениях и позах. Pas assemble soutenu en tournant en dehors et dedans по 1/2 оборота. Preparation для pirouette с V позиции. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans. Pas de bouree suivi en face в маленьких позах с продвижением в сторону, вперед, назад и на месте (entourant). Pas de bouree suivi en face в больших позах с продвижением в сторону, вперед, назад на месте (entourant).

4, 14. Классический экзерсис на середине зала.

Отработка элементов классического танца.

Теория. Рекомендации и требования к выполнению элементов классического экзерсиса.

Практика. Grand pas assemble в сторону с приемом developpe-tombe вперед. Grand sissonne ouverte во всех направлениях в позах. Grand sissonne ouverte во всех направлениях с продвижением. Grand pas jete вперед в позы attitude croisee в III arabesque. Grand pas jete вперед в позы attitude croisee в I arabesque. Pas de bourree dessus-dessous en dedans. Pas de bourree dessus-dessous en dehors. Tours lents en dehors в большие позы. Tours lents en dedans в большие позы. Tours lents en dehors из позы в позу через passe на 90. Tours lents en dedans из позы в позу через passe на 90. Pas faitte вперед на 45. Pas faitte назад на 45. Pas faitte вперед на 90 вперед и назад.

5, 15. Allegro.

Практика. Grand echange на II позицию, на IV позицию. Pas assemble с продвижением и в позах. Temps saute в V позиции с продвижением вперед и назад. Pas de basque вперед и обратно. Pas assemble с продвижением вперед и назад en face и в позах. Sissonne tombee во все направления в позах. Заноски. Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка.

6, 16. Партерный экзерсис

Теория. Правила выполнения упражнений для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения для развития выворотности и растяжки ног.

Практика. Упражнение «Рыба». Упражнение «Свеча на спине». Скручивание «Спираль». Упражнение «Египетский сфинкс». Упражнение «Кобра». Упражнение «Вращение». Упражнение «Скольжение вперед». Упражнение «Возрождение». Упражнение «Свеча на животе». Упражнение «Мостик»

7, 17. Основы композиции танца.

Теория. Общие принципы композиции танца.

Практика. Сочинение короткого элемента танца, движения. Сочинение соло, вариации танцевального куска.

8, 18. Создание сценического образа.

Теория. Художественный образ в хореографическом искусстве.

Практика. Танцевальная лексика: действенные движения, ассоциативные или изобразительно-подражательные, традиционные. Гармония движения ног, рук, головы и корпуса, выражающие образ, действия, чувства.

9, 19. Работа над техникой танца.

Практика. Работа над позами и положениями в сольном, парном танце, массовом танце. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные комбинации.

10, 20. Постановочная и репетиционная работа

Практика. Постановка танцевальных композиций, балетных партий. Работа над хореографическими балетами.

11. Промежуточный контроль

Теория. Контрольный опрос на знание методики выполнения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций/Отчетный концерт/Контрольное занятие.

21. Промежуточная аттестация.

Теория. Контрольный опрос на знание методики выполнения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций/Отчетный концерт/Контрольное занятие.

Итоговый контроль

Теория. Контрольный опрос на знание методики выполнения танцевальных движений и упражнений.

Практика. Контрольное исполнение изученных позиций и упражнений, танцевальных композиций/Отчетный концерт/Контрольное занятие.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Методическое обеспечение

Для достижения цели, задач и реализации содержания программы необходимо в процессе обучения последовательно добиваться формирования у детей художественного вкуса через пластическое выражение; развивать чувства ритма, темпа, музыкальной формы; обучать владению культурой движения: развивать гибкость, выворотность, пластичность.

Успехи учащихся во многом зависят от правильной организации занятий, от используемых методов и приемов обучения. Наиболее активно в работе применяются следующие методы:

1. Метод содержательного слушания музыки, где происходит проживание танцевальной роли в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.
2. Словесный метод, с его помощью объясняются основы танцевальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, дается историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, он способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению умений и навыков, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Формы занятий в 1- 2 годы обучения: игра, тренинг танцевального мастерства (классический, народный, историко-бытовой), партерная гимнастика, экзерсис у станка и на середине зала, репетиция, беседа.

Формы занятий в 3- 4 годы обучения: тренинг танцевального мастерства (классический, народный, историко-бытовой), классический экзерсис, репетиции, беседы об анатомическом строении.

Формы занятий в 5- 6 годы обучения: тренинг танцевального мастерства (классический, народный, историко-бытовой) с усложнением, экзерсис в партере, у станка, на середине зала, постановка танцевальных композиций высокого класса.

Формы занятий в 7- 8 годы обучения: тренинг танцевального мастерства (классический, народный, историко-бытовой) с усложнением, экзерсис в партере, у станка, на середине зала, экзерсис на пальцах, постановка танцевальных композиций высокого класса.

В организацию образовательного процесса входят групповые занятия – ансамбль (подготовка танцев с разной возрастной группой); мелкогрупповые – тренинги, подготовка композиции танца; индивидуальные занятия – работа над сольными партиями.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы необходимо наличие: оборудованного станками и зеркалами репетиционного зала; ковриков для занятия партерной гимнастикой; фортепиано; видео- и аудио аппаратуры; костюмов.

Информационно-методические и дидактические материалы

Учебно-дидактические материалы

П.п.	Наименование	Форма
1	Десять правил настоящей балерины (приложение 2)	Печатный/ электронный
2	Методическая разработка вспомогательных подготовительных упражнений в партере	Печатный /электронный
3	Памятка для учащихся «Как подготовиться к выступлению» (приложение 3)	Печатный/ электронный
4	Информация об объединении ансамбль танца «Карамель»	электронный ресурс – сайт ДТДиМ
5	Влияние хореографического искусства на здоровье детей	электронный ресурс: http://www.horeograf.com/
6	Фотоотчет концертов и конкурсов	электронный ресурс – сайт ДТДиМ

Формы организации контроля – текущий контроль, промежуточный контроль (1-е полугодие 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 годов обучения; промежуточная аттестация 2-е полугодие 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 годов обучения), итоговый контроль (2 полугодие восьмого года обучения).

Способы:

текущий контроль – наблюдение;

промежуточный контроль/промежуточная аттестация – контрольный письменный опрос по хореографии (Приложение № 3), контрольное

тестирование по хореографии (Приложение № 2), психологическое тестирование (Приложение № 5), исполнение элементов классического экзерсиса, танцевальных движений, композиций танцев (Приложение № 4), участие в конкурсах;
итоговый контроль – тестирование по программе (Приложение № 2), тестирование (Приложение № 5), выполнение контрольной итоговой практической работы – сольные партии в хореографическом балете, композиции в рамках отчетного концерта.

Кадровое обеспечение

В реализации программы участвуют 1 хореограф и 1 концертмейстер.

Список литературы, рекомендованной педагогам, хореографам

- 1.Выготский, Л.С. Проблема культурного развития ребенка // Собр. соч. в 6-ти т. Т.6.
- 2.Гальперин, П.Я. Введение в психологию. М., 1976.
- 3.Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. М., 1964.
- 4.Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения. М., 1972.
- 5.Давыдов, В.В., Маркова, А.К., Эльконин, Д.Б. Основные вопросы современной психологии детей младшего школьного возраста //Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. М., 1978.
6. Захаров, Р. Сочинение танца. М., 1968.
7. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека. М., Физкультура и спорт. 1985.
8. Ивлева, Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. Челябинск, 1997.
9. Ивлева, Л.Д. Руководство воспитательным процессом в самостоятельном хореографическом коллективе. Учебное пособие. Челябинск, 1989.
10. Климов, А. Основы русского народного танца. М., 1981.
11. Никитин, Б. Развивающие игры. М., 1985.
12. Смирнов, И. Искусство балетмейстера. М., 1985.
13. Тарасов, Н. Классический танец. М., 1981.
14. Ткаченко, А. Характерный танец. М., 1992.
15. Ткаченко, Т. Народный танец. М., 1967.
16. Чурко, Ю. Линия, уходящая в бесконечность. Лен.: Полымя, 1999.
17. Эльконин, Д.Б. Психологические условия развивающего обучения // Обучение и развитие. Киев, 1970.
18. Энциклопедия «Балет». М., 1981.

Литература для детей и родителей

- 1.Базарова, Н. Азбука классического танца. М., 1991.
- 2.Баркан, А.И. Его величество ребенок. М.: Столетие, 1996.

- 3.Бахрушин, Ю. Искусство русского балета. М., 1973.
- 4.Ваганова, А. Основы классического танца. М., 1987.
- 5.Васильева, Е. Танец. М., 1991.
- 6.Васильева, М., Рождественская, М. Историко-бытовой танец. – М., 1987
- 7.Граббед, Р. Игры для малышей от года до шести. М.: Росмэн, 1999.
- 8.Галигузова, Л. Застенчивый ребенок // Дошкольное воспитание. 2000., № 4.
- 9.Карабанова, В. Игра в коррекции психологического развития ребенка. М., 1997.
- 10.Лукан, С. Поверь в свое дитя. М.: Эллис Лак, 1993.
- 11.Цуконфт-Хубер, Б. Гимнастика для малышей. М.: АСТ, 2006.
- Эйнон, Д. Творческая игра от рождения до 10 лет. М.: Педагогика, 1995

Электронные ресурсы

1. Классический танец: первый год обучения [Электронный ресурс]/ ALFIA KHAIBIROVA – youtube.com – Режим доступа: свободный, <https://www.youtube.com/playlist?>
2. Балет энциклопедия [Электронный ресурс]/ под ред. Григоровича Ю.Н.- М.: Советская энциклопедия – Режим доступа: <http://www.ballet-enc.ru/>
3. Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея[Электронный ресурс]/ Федеральный портал «Российское образование»– Режим доступа: свободный, URL: <http://www.gallery.balletmusic.ru>
4. Современная хореография 2 курс 1 часть [Электронный ресурс]/ – youtube.com – Режим доступа: <https://www.youtube.com>
5. Современная хореография 2 курс 2 часть [Электронный ресурс]/ – youtube.com – Режим доступа: <https://www.youtube.com/>