

Управление образования администрации
муниципального образования Кандалакшский район
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр «Ровесник»
имени Светланы Алексеевны Крыловой»
муниципального образования Кандалакшский район

ПРИНЯТА
педагогическим советом
от 30 мая 2023 г.
Протокол №6

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
от 31 мая 2023 г. № 84
Директор  О.Ю. Савенкова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Основы хореографии»
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 3 года
Уровень программы: стартовый

Автор-составитель:
Миткова О.В.,
педагог дополнительного
образования

г. Кандалакша, 2023

Пояснительная записка

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности «Основы хореографии»

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы хореографии» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устава МАУДО ДЮОЦ «Ровесник» им. С.А. Крыловой.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «основы хореографии» имеет **художественную направленность**, составлена на основе:

- авторской образовательной программы «В вихре танца» (авторы Краснов В.И. и Краснова Т.Г.);
- модифицированной образовательной программы хореографического ансамбля «Улыбка» (автор-составитель: Голубева А.Г., МОУ ДОД ДДТ г. Североморска);

- комплексной образовательной программы музыкально-эстрадного театра-студии «Розыгрыш» (авторы-составители: Бажутина Г.Г. и Айзина Ю.В.);
- образовательной программы «Спортивные бальные танцы» (автор Скробот А.А.);
- образовательной программы «Школы русского танца» и программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Бальный танец» и «Хореографический кружок».

В процесс обучения добавлены часы на постановочную, репетиционную и концертную деятельность. Это обусловлено тем, что дети ведут активную концертную деятельность не только в образовательном учреждении, но и на районном и региональном уровнях. В комплексном подходе к обучению на каждом этапе программы отдается предпочтение постановкам: 1 этап – детско-игровые танцы; 2 этап – танцы разных народов, в доминанте – русские танцы, стилизация; 3 этап – танцы разных народов, современная хореография. Классический танец осваивается как основа любого танца для правильной постановки тела, рук, ног, а эстрадный танец осваивается дополнительно.

В содержание программы также добавлена тема «Основы актерского мастерства». Данная необходимость возникла по причине выявления у обучающихся низкого уровня владения артистическими способностями в ходе проведения анализа результатов освоения программы за предыдущий год.

Вид программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.

Актуальность программы. Данная образовательная программа рассчитана на обучение детей хореографии. В образовательной деятельности используются современные методики и инновации, личный практический опыт работы педагога в области хореографии.

Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребёнка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе, повышении занятости детей в свободное время;
- особенностью современной ситуации, когда искусству и культуре отводится значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании его мировоззрения на лучших и достойных для подражания образцах мировой хореографической культуры;
- социальным заказом детей и их родителей.

Педагогическая целесообразность. Поскольку занятия рассматриваются как система общего и эстетического воспитания, то программа включает в себя не только тренировочные упражнения,

определенный репертуар и беседы об искусстве, но и занятия по правилам общественного поведения, танцевальному этикету, музыкальной грамоте.

Главная идея программы заключается в творческой самореализации ребенка. Она дает учащимся возможность избрать свободный путь познания хореографического искусства. Активизация и развитие творческих способностей детей являются неотъемлемой частью образовательного процесса. По каждому году обучения для учащихся предусмотрены творческие задания, которые развивают инициативу и творчество личности.

Занятия хореографией знакомят обучающихся с искусством танца, дают им на каждой ступени их возрастного развития доступные для них знания и навыки; содействуют росту их общей культуры, нравственному и физическому развитию, укрепляют организм и положительно сказываются на осанке, культуре движения и здоровье ребенка в целом.

Овладение определенным кругом знаний и навыков содействует развитию художественного вкуса обучающихся, что представляет одну из существенных задач эстетического воспитания. Занятия танцами и коллективные выступления перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы, товарищества. На занятиях детям прививаются навыки культурного поведения.

Программа направлена на воспитание, обучение, развитие и оздоровление детей. Акцент в работе делается на привитие детям любви к искусству танца в целом, воспитание интереса и любви к народному творчеству через изучение традиций разных народов и постановку народно-сценических танцев, пропаганду здорового образа жизни, организацию досуга детей.

Данная программа разработана на основе комплексного подхода к образованию учащихся в хореографическом ансамбле.

Новизна программы заключается в особом подходе к реализации ее цели и задач. В образовательном процессе применяются авторские методики, разработки, созданные на основе личного многолетнего опыта работы в детском хореографическом коллективе.

Отличительной особенностью программы является актуальность музыкального, хореографического материала, постановочных решений, пронизывающих все стороны работы коллектива. Все это формирует у учащихся высокую внутреннюю культуру, помогающую превратить танец в настоящее искусство. На протяжении всей деятельности коллектива ведется работа по созданию, как отдельных концертных номеров, так и оригинальных сценических программ. Особенностью данной программы является то, что содержание её выстроено по концентрической системе, по годам обучения, взаимосвязанных между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На

одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. Материал программы, предлагаемый педагогом, может отличаться степенью сложности, подбирается с учетом особенностей и возможностей детей, зачисленных на обучение. Из предложенных народных танцев педагог выбирает те, которые связаны с тематическими задачами года и возможностями коллектива. Народные танцы можно интерпретировать, приближая их к детской тематике, обогащая элементы танца темами, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр.

Уровень программы: стартовый.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей от 7 до 10 лет.

Объем и срок освоения: программа рассчитана на 3 года обучения, всего 432 часа: 1-й год обучения – 144 часа, 2-й год обучения – 144 часа, 3-й год обучения – 144 часа.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность академического часа в группах 1-го года обучения – 35 минут, остальных – 45 минут. Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к обеспечению безопасных условий образовательной деятельности (СП 2.4. 3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

Количество обучающихся. 15 человек.

Условия приема. Набор свободный, осуществляется в соответствии с «Положением приема, перевода, отчисления обучающихся и комплектования объединений в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Ровесник» имени Светланы Алексеевны Крыловой муниципального образования Кандалакшский район (утверждён приказом директора МАУДО «ДЮЦ «Ровесник» от 06.05.2020г. № 39/3).

Обучающиеся зачисляются в учебные группы при наличии заявления родителей (законных представителей), на основании медицинской справки о допуске к занятиям

Форма обучения: очная.

Форма организации занятий: всем составом.

Цель программы – формирование и развитие творческих способностей обучающихся через овладение искусством хореографии.

Задачи:

обучающие:

- обучить навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;
- обучить детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;

- обучить детей приемам актерского мастерства;

развивающие:

- развить физические данные ребенка, улучшить координацию и способствовать развитию опорно-двигательного и мышечного аппарата;
- развить у обучающихся музыкально-ритмические навыки;
- развить у детей активность и самостоятельность общения;
- развить творческое мышления детей средствами хореографии;

воспитательные:

- формировать общую культуру личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;
- способствовать формированию ценностных, духовно-нравственных качеств личности, воспитанию патриотизма;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Прогнозируемые результаты:

Предметные результаты:

Обучающиеся по окончании 1 года обучения должны

знать:

- правила техники безопасности в танцевальном зале;
- правила поведения при работе друг с другом и в группе;
- этикет приветствия и прощания в начале и конце занятия;
- правила исполнения поклона;
- средства выразительности;
- понятие о трех жанрах музыки (песня – танец – марш);
- знать I, II, III, V и VI позиции ног;

уметь:

- выполнять правильную постановку корпуса, головы, положение рук аланже, фиксировать определенную высоту рук;
- держать заданный пространственный рисунок (линия, колонна, круг) с соблюдением интервалов;
- правильно исполнять прыжки с двух ног на две;
- слышать сильную долю такта и согласовать свои движения с музыкой;
- передавать игровые образы различного характера: изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца.

Обучающиеся по окончании 2 года обучения должны

знать:

- правила техники безопасности в танцевальном зале;
- правила поведения при работе друг с другом и в группе;
- основные элементы классического и народно-сценического танцев;
- понятия «эмоции», «имитация движения»;

уметь:

- ходить легко, ритмично, бегать быстро с высоким подъемом ног, скакать с ноги на ногу, выполнять движения различного характера, пружинить на ногах;
- строить совместно с группой ровный круг;
- расходиться из пар в разные стороны;
- правильно занять исходное положение, следить за осанкой и координацией движений рук и ног;
- поочередно выбрасывать ноги вперед на прыжке;
- изобразить в танцевальном движении животных;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти (веселый котенок, грустный зайчик).

Обучающиеся по окончании 3 года обучения должны

знать:

- правила техники безопасности в танцевальном зале;
- правила поведения при работе друг с другом и в группе;
- терминологию основных движений;
- понятия «актер», «мимика»;
- положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое;
- хореографическую азбуку школы классического танца;
- порядок движений в разученных танцах;

уметь:

- координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве музыкального зала;
- выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку;
- исполнить движение, сохраняя танцевальную осанку, выворотность;
- делать шаг на всю ступню на месте и при кружении, приставной шаг с приседанием;
- согласованно выполнять движения в выученных танцах.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- формирование умения использовать знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжений средствами хореографии;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Учебный план первого года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы хореографии				
1.1	Вводное занятие	2	2	-	
1.2	Музыкально-ритмические упражнения	16	3	13	Игровая программа
1.3	Элементы классического танца	25	5	20	Выполнение контрольных упражнений
1.4	Элементы народно-сценического танца	20	4	16	Выполнение контрольных упражнений
1.5	Элементы актерского мастерства	10	4	6	Контрольное занятие
1.6	Балетная гимнастика	20	3	17	Контрольное занятие
	Итого	93	21	72	
2.	Мир танца				
2.1	Познавательная деятельность о хореографическом искусстве	4	4	-	Опрос
2.2	Постановочная работа	15	3	12	Наблюдение
2.3	Репетиционная деятельность и сводные репетиции	20	-	20	Зачет
2.4	Концертная	10	-	10	Концерт

	деятельность				
2.5	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	51	7	44	
	Всего по программе	144	28	116	

Содержание учебного плана первого года обучения

Раздел 1. Основы хореографии

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (2 часа). **Введение в программу.** Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.

Тема 1.2. Музыкально-ритмические упражнения

Теория (3 часа). Основы ритмики. Мелодия и движение. Контрастность музыки: быстрая – медленная – умеренная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево.

Знакомство с началом и концом фразы, характером музыки, динамикой, темпом. Основные понятия построения и перестроения.

Практика (13 часов). Подготовительные упражнения. Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп.

Примеры упражнений: «растягивание резинки» - упражнение для рук, «деревянные и тряпичные куклы», «твердые и мягкие руки», «мельница», «пружинки»- приседание, «маятник»- перенос корпуса с носков на пятки и обратно. Музыкальные игры: «Внимание! Музыка», «Веселый поезд», «В походе», «Найди свое место», «Кот и мыши», «В стране чудес».

Музыкально-ритмические движения:

- ходьба бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и полупальцах;
- шаг с носка;
- бег с отбрасыванием ног назад и подъемом наверх;
- сочетание бега с ритмичными хлопками;
- сочетание ходьбы с бегом;
- работа над образными движениями;
- примеры: «Ходит балерина», «Шагают спортсмены», «Идет мишка», «Бегут цыплята», «Скачет заяц, белка»;
- хороводный сценический шаг;
- притопы (одинарные, двойные, тройной);
- выставление ноги на пятку и носок.

Положение рук:

- руки опущены вниз;
- руки отведены в стороны;

- подбоченившись;
- хлопки в ладоши;
- взмахи платочком;
- использование предмета: (платочек, веточка, лента, мяч).

Создание детьми несложного музыкального образа. Игры на воображение, развитие мышечной, зрительной, эмоциональной памяти (примеры игр: «День и ночь», «Лиса и куры», «Повторяшки»).

Темы для самостоятельной работы:

- придумать интересный образ для игры «День и ночь»;
- сочинить простые движения для игры «Повторяшки».

Тема 1.3. Элементы классического танца

Теория (5 часов). Понятие о правильной осанке, подтянутости корпуса, натянутости и выворотности ног.

Практика (20 часов). Подъем на полупальцы (*relevé*) по VI позиции лицом к станку, I позиции ног, полуприседания и полное приседание (*demi-plié* и *grand-plié*) по I позиции лицом к станку. Прыжок *soté* по VI позиции.

Тема 1.4. Элементы народно-сценического танца

Теория (4 часа). Почему народ танцует? Отражение в танце жизни людей.

Практика (16 часов). Ходы по кругу на полупальцах. Удары всей стопой в пол. Хлопки и притопы. Галоп. Соскок на две ноги. Подскоки. Шаг польки.

Тема 1.5. Элементы актерского мастерства

Теория (4 часа). Что такое эмоции. Внешнее выражение чувств человека.

Практика (6 часов). Приемы выражения чувств: радость, грусть. Музыкальные игры «В гостях у бабушки», «Репка».

Тема 1.6. Балетная гимнастика

Теория (3 часа). Представления о своем физическом теле, из чего оно состоит и как работает.

Практика (17 часов). Партерная гимнастика. Упражнения:

- постановка корпуса сидя на полу: «стульчики кресло», «старики и молодые»;
- для стоп: одно временное сокращение стоп «Иголки, утюжки», поочередное сокращение стоп «Нажимаем на педали», круговое вращение стоп;
- наклоны вперед к ногам: «прищепка «или «книжка»; с хлопками рук;
- лёжа на животе: перегибы корпуса назад на вытянутых руках; «мудрая змея»; «корзиночка»;
- раскрытие рук в стороны: «самолетик»;
- одновременное поднятие рук и ног: «парашютисты»;
- поочередное поднятие рук и ног: «лодочка», «велосипед медленно («поднимаемся в гору»), быстро («катимся с горы»);
- сидя: «лягушка»;

- растяжки: «мостик» исполнять из положения: лежа; стоя на коленях и во весь рост.

Раздел 2. Мир танца

Тема 2.1. Познавательная деятельность о хореографическом искусстве
Теория (4 часа). Беседа о том, что такое хореография, танец. Разговор о деятельности детского хореографического ансамбля.

Тема 2.2. Постановочная работа

Теория (3 часа). Знакомство с сюжетом, характером героев.

Практика (12 часов). Постановка танца.

Тема 2.3. Репетиционная деятельность и сводные репетиции

Практика (20 часов). Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту.

Тема 2.4. Концертная деятельность

Практика (10 часов). Участие в концертах.

Тема 2.5. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Открытое занятие.

Учебный план второго года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы хореографии				
1.1	Вводное занятие	2	2	-	
1.2	Музыкально-ритмические упражнения	20	2	18	Контрольное занятие
1.3	Элементы классического танца	30	2	28	Выполнение контрольных упражнений
1.4	Элементы народно-сценического танца	28	2	26	Выполнение контрольных упражнений
1.5	Элементы актерского мастерства	10	3	7	Контрольное занятие
1.6	Балетная гимнастика	10	2	8	Контрольное занятие
	Итого	100	13	87	
2.	Мир танца				
2.1	Познавательная деятельность о хореографическом искусстве	4	4	-	Опрос
2.2	Постановочная работа	16	2	14	Наблюдение
2.3	Репетиционная	12	-	12	Зачет

	деятельность и сводные репетиции				
2.4	Концертная деятельность	10	-	10	Концерт
2.5	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	44	6	38	
	Всего по программе	144	19	125	

Содержание учебного плана второго года обучения

Раздел 1. Основы хореографии

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (2 часа). Введение в программу второго года обучения. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.

Тема 1.2. Музыкально-ритмические упражнения

Теория (2 часа). Знакомство с характером музыки (легато-связно, стаккато-отрывисто). Прослушивание музыкального материала: вальсы, марши.

Практика (18 часов). Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются):

- упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;
- выпады вперед, в сторону;
- прыжки по VI позиции, по II с хлопками впереди и сзади, над головой;
- использование при сочинении подготовительных упражнений единой темы, близкой и понятной детям. Примеры: «Петушок расплясался», «Танцующие куклы», «Часы».

Музыкальные игры: «Займи домик», «Потанцуем».

Положения ног:

- 1-я позиция ног;
- 2-я позиция ног;
- 3-я позиция ног.

Музыкально-ритмические движения:

- сочетание ходьбы и бега;
- прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад;
- вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук;
- сочетание прыжков с другими движениями;
- подскоки на месте и с продвижением;
- сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками.

Составление музыкальных образов и композиций. Примеры тем: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай». Самостоятельная работа (придумать движения по темам, предложенным педагогом).

Тема 1.3. Элементы классического танца

Теория (2 часа). Зачем нужны упражнения у станка. Понятие устойчивости. Что такое опорная и рабочая нога.

Практика (28 часов). Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе. Battement tendu в сторону по I позицию лицом к станку. Обхватное sou-de-pied. Battement frappe в сторону по I позицию лицом к станку.

Тема 1.4. Элементы народно-сценического танца

Теория (2 часа). Как зародились первые танцы. Основа народного танца – трудовой процесс. Подражательные пляски.

Практика (26 часов). Смена ритмического рисунка в движениях. Положение рук на поясе. Открывание рук в стороны. Притоп. «Ножницы». Подготовка к «веревочке». Приставной шаг demi-plie. Повороты корпуса. Подготовка к «моталочке».

Тема 1.5. Элементы актерского мастерства

Теория (3 часа). Эмоциональность исполнения танца. Понятие «имитация движений».

Практика (7 часов). Подражание движениям животных и птиц. Инсценировка песни «Три веселых гуся». Этюды: «Цирковые лошадки», «Воробушки», «Петушок расплясался».

Тема 1.6. Балетная гимнастика

Теория (2 часа). Пластика-основа хореографии. Основные условия движения человека.

Практика (8 часов). Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений):

- сидя;
- постановка корпуса;
- упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер);
- упражнения для вытягивания коленей;
- сокращение стоп;
- держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать).
Relevant:
- поочерёдное поднимание и опускание ног;
- одновременное поднимание и опускание ног;
- поднимание и опускание ног с отрывом рук от пола («Самолетик»);
- упражнение для группировки мышц в воздухе;
- подъем обеих ног на 90°;
- с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»);
- поочередный подъем ног: одновременный; по точкам; с разножкой.

Раздел 2. Мир танца

Тема 2.1. Познавательная деятельность о хореографическом искусстве
Теория (4 часа). Беседы о природе танца и его месте в культурной жизни общества. Легенды, сказки и их связь с танцами.

Тема 2.2. Постановочная работа

Теория (2 часа). Описание характера русского танца «В роще калина», танца «Домовята». Беседа о сценических костюмах к постановочному номеру.

Практика (14 часов). Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.

Тема 2.3. Репетиционная деятельность и сводные репетиции

Практика (12 часов). Отработка концертных номеров. Освоение репертуара.

Тема 2.4. Концертная деятельность

Практика (10 часов). Участие в концертах.

Тема 2.5. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Открытое занятие.

Учебный план третьего года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы хореографии				
1.1	Вводное занятие	2	2	-	
1.2	Музыкально-ритмические упражнения	8	2	6	Контрольное занятие
1.3	Элементы актерского мастерства	8	2	6	Выполнение контрольных упражнений
1.4	Балетная гимнастика	14	1	13	Контрольное занятие
	Итого	32	7	25	
2.	Мир танца				
2.1	Познавательная деятельность о хореографическом искусстве	4	4	-	Опрос
2.2	Классический танец	24	4	20	Контрольное занятие
2.3	Народно-сценический танец	32	4	28	Контрольное занятие
2.4	Эстрадный танец	4	1	3	Зачет
2.5	Постановочная работа	22	2	20	Наблюдение
2.6	Репетиционная деятельность и сводные репетиции	16	-	16	Зачет
2.7	Концертная деятельность	8	-	8	Концерт

2.8	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
	Итого	112	15	97	
	Всего	144	22	122	

Содержание учебного плана третьего года обучения

Раздел 1. Основы хореографии

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (2 часа). Введение в программу третьего года обучения. Правила поведения в ДЮОЦ. Правила техники безопасности.

Тема 1.2. Музыкально-ритмические упражнения

Теория (2 часа). Музыкальные размеры – 4/4, 2/4, 3/4. Знакомство с характером музыки. Прослушивание музыкального материала.

Практика (6 часов). Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются):

- упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;
- выпады вперед, в сторону;
- прыжки по I поз., по II поз., по VI поз. ног.
Музыкально-ритмические движения:
- положения ног: 1-я позиция ног; 2-я позиция ног; 3-я позиция ног.
- положение корпуса;
- работа рук;
- сочетание ходьбы и бега;
- прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад;
- вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук;
- сочетание прыжков с другими движениями;
- подскоки на месте и с продвижением;
- сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками;
- галоп и шаг польки.

Музыкальные игры: «Гори, гори ясно», «Заплетай плетень».

Тема 1.3. Элементы актерского мастерства

Теория (2 часа). Понятия «Актер». Основы актерского мастерства. Голос и речь человека. Жест, мимика, движение.

Практика (6 часов). Составление музыкальных образов и композиций. Игры по развитию внимания («Имена», «Цвета», «Садовник и цветы», «Айболит», «Эхо» и др.). Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Создание образов под заданный музыкальный материал (изображение зверей, птиц, растений).

Тема 1.4. Балетная гимнастика

Теория (1 час). Пластика – основа хореографии. Понятия: осанка, выворотность, равновесие, устойчивость.

Практика (13 часов). Партерная гимнастика (совершенствование и

усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений). Сидя:

- постановка корпуса;
 - упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер);
 - упражнения для вытягивания коленей;
 - сокращение стоп;
 - держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать).
- Relevelent:
- поочерёдное поднимание и опускание ног;
 - одновременное поднимание и опускание ног;
 - поднимание и опускание ног с отрывом рук от пола;
 - лежа на спине: упражнение для группировки мышц в воздухе;
 - подъем обеих ног на 90°;
 - с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»);
 - поочередный подъем ног; одновременный; по точкам; с разножкой;
 - лёжа на животе: «Лягушка»;
 - растяжки, разработка портерных комбинаций на образ: «Самоварчик», «Часы», «Петрушка».

Раздел 2. Мир танца

Тема 2.1. Познавательная деятельность о хореографическом искусстве

Теория (4 часа). Беседа о правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене. Беседа об общественном этикете. Беседа: «Музыка – неотъемлемая часть хореографии».

Тема 2.2. Классический танец

Теория (4 часа). «Классический танец – азбука хореографии». Элементарные сведения о классическом танце. Постановка корпуса ног, рук, правила азбуки классического танца. Такт и затакт.

Практика (20 часов). Экзерсис у станка. Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе:

- постановка корпуса лицом к станку в VI позиции ног;
- Demi plie по VI позиции;
- Releve на полупальцах по VI позиции;
- наклоны и повороты головы у станка: вниз-вверх, вправо-влево;
- позиции ног I, II, III, V;
- Demi plie по I, II, V позиции;
- Releve I, II, III, V.

Экзерсис на середине. Поклон: руки из подготовительного положения, наклон головы вперед – для девочек. Для мальчиков только наклон головы.

- позиции рук I, II, III;
- позиции ног I, II, III, V;

- упражнения для рук;
 - I форма portdebras;
 - шаги на полупальцах.
- Allegro:
- прыжки по VI позиции;
 - прыжки по I позиции с сокращенными стопами;
 - подготовительный прыжок и *softe* по VI поз, руки в подготовительном положении.

Тема 2.3. Народно-сценический танец

Теория (4 часа). Исторические корни русского танца. Особенности музыки – медленные хороводные и быстрые плясовые народные мелодии.

Практика (28 часов). Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг:

- на всей стопе;
- на полупальцах;
- с продвижением вперед, назад, в повороте, в рисунке;
- топающий шаг на всей стопе и с продвижением вправо, влево;
- припадание по VI позиции;
- простые поклоны;
- использование рисунка в хороводах: «Змейка»; «Круг»; «Ручеек»; «Колонна»; «Цепочка»; «Улитка»;
- танцевальные игры на русском материале «Заплетись плетень» (Брянская область), «Змейка с воротцами».

Тема 2.4. Эстрадный танец

Теория (1 час). Знакомство с профессиональными особенностями эстрадного танца и разъяснение отличий от классического и народно-сценического танцев.

Практика (3 часа). Диско-гимнастика. Основное положение. Разминка. Движения на основе разноименной координации. Чередование мышечного напряжения и расслабления в единстве.

Тема 2.5. Постановочная работа

Теория (2 часа). Беседа об эмоциональной передаче образа в номере «Порушка-Параня». Описание сценических костюмов.

Практика (20 часов). Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.

Тема 2.6. Репетиционная деятельность и сводные репетиции

Практика (16 часов). Отработка концертных номеров. Освоение репертуара.

Тема 2.7. Концертная деятельность

Практика (8 часов). Участие в концертах.

Тема 2.8. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Отчетный концерт.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение 1).

Материально-техническое оснащение занятий:

- оборудованный хореографический класс: станок, зеркальная стена;
- техническое оснащение:
 - фортепиано;
 - компьютерное оборудование для просмотра видеоматериалов, видео-иллюстрации, музыкальное сопровождение;
 - видеокамера;
 - фотоаппарат;
- сценическая площадка для репетиций не менее одного раза в неделю (сцена «ДЮЦ «Ровесник»);
- раздевалка.

Формы подведения итогов реализации программы. В течение года проводятся контрольные занятия, зачеты, участия в концертах.

Промежуточная аттестация на первых двух годах обучения проходит в виде открытого занятия для родителей, начиная с 3-го года обучения – выступления обучающихся в отчетных концертах. Итоговая аттестация – в виде отчетного концерта.

Система отслеживания результатов деятельности ансамбля включает в себя разнообразные способы и методики:

- наблюдение за учащимися в процессе занятий;
- анализ результатов освоения программы;
- выступления перед родителями;
- выступления на отчетных концертах;
- участие в мероприятиях различного уровня;
- использование методов специальной диагностики для оценки роста обученности (музыкальности, артистичности, пластичности, гибкости, координации движений), развития (оценивается проявление активности, творчества; мотивация к занятиям, эмоциональный настрой) и воспитания обучающихся (проявление самостоятельности, способность к коллективному творчеству, способность к адекватной самооценке и уверенность в своих силах) умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре;
- использование методов диагностики для оценки уровня эстетического развития детей и их общей танцевальной культуры.

Педагогическая диагностика результатов обучения. Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса, который необходим для формирования целостного представления о состоянии реализации программы. Уровень достижений обучающихся в процессе освоения программы отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях. Это позволяет производить оценку результативности по

нескольким направлениям одновременно:

- уровню овладения конкретными умениями и навыками;
- способности взаимодействовать с партнером;
- умению чувствовать ответственность за результаты совместной деятельности;
- способности критически оценивать результаты своей деятельности;
- способности радоваться собственным достижениям и успехам своих партнеров.

Для определения уровня освоения программы, личностного роста обучающихся и уровня их эстетического развития применяется диагностический инструментарий, состоящий из двух диагностик. Контроль осуществляется по четырем этапам:

1. **Первичный контроль** проводится в сентябре. Его цель – определить, какие способности, знания, умения и навыки есть у ребенка, насколько развита культура труда, опыт сотрудничества.
2. **Промежуточный контроль в течение года** проводится в конце декабря или январе. Его цель – определить степень освоения образовательной программы, скорректировать степень ее сложности с учетом индивидуальных особенностей детей. Оценивается динамика овладения танцевальным искусством, умение общаться с другими воспитанниками, личностный рост каждого обучающегося, проявление самостоятельности, мотивационный уровень, артистичность и музыкальность.
3. **Промежуточный контроль в конце каждого года обучения** проводится в мае: определяется уровень освоения программы за год, результативность образовательного процесса, выявляются наиболее способные дети, планируется индивидуальная работа с ними. Оценивается развитость общения, умение оценивать и корректировать результат своего труда.
4. **Итоговый контроль по итогам обучения по программе «Основы хореографии»** проводится в мае в форме проведения отчетных концертов: определяется уровень освоения программы. Результаты выступления обучающихся на концертах, конкурсах, фестивалях любого уровня обсуждаются, выявляются недостатки, ошибки, допущенные в танце с тем, чтобы избежать этого на будущих выступлениях.

Разработанные формы контроля позволяют делать выводы и о результатах творческого развития, труднее всего поддающихся количественной оценке. Вместе с тем, оценивая результаты, педагог имеет возможность проанализировать и скорректировать при необходимости используемые методики и само построение учебного процесса.

Методическое обеспечение программы

Структура программы предполагает обучение «по спирали» с

непрерывным совершенствованием, повышением качественного уровня и изменения пропорции при распределении предполагаемого учебного материала. Обязательным для всех без исключения является изучение классического танца, которое строится на основе преподавания его в профессиональных хореографических училищах с необходимыми переработками. Весь процесс обучения классическому и народно-сценическому танцам строится на профессиональных методиках обучения, без которых обучающиеся не смогут получить необходимые танцевальные навыки. Классический танец преподается по методике Вагановой А., народно-сценический – по методике Ткаченко Т., русский танец – по методике Устиновой Т.

Концентрическое построение программы предполагает постепенное расширение и углубление знаний, совершенствование творческих умений и навыков детей от одной ступени к другой. При изучении классического, эстрадного и народно-сценического танцев и их элементов из года в год уровень подачи материала усложняется. Разучиваемые элементы повторяются, но даются уже в более усложненных вариантах и комбинациях.

Учебный материал каждого из этапов обучения предполагает свой минимум специальных знаний, умений и навыков.

Программа рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству.

Содержательная характеристика тем образовательной программы

Тема: «Музыкально-ритмические упражнения».

Ритмика – исполнительный вид музыкальной деятельности, в которой содержание музыки, ее характер, образы передаются в движении. Основы ритмики – музыка, а движения используются, как средство более глубокого ее восприятия и понимания. Программное содержание темы «Музыкально-ритмические упражнения» подводит детей к ощущению гармонической слитности своих движений с музыкой, что способствует развитию творческого воображения.

Изучение данной темы включает в себя несколько направлений деятельности: тренировочные упражнения, основные понятие построения и перестроения, изучение основных танцевальных движений, игры. Тренировочные упражнения учат детей принимать правильные исходные положения, способствуют осознанию работы двигательного аппарата, укрепляют отдельные группы мышц и увеличивают подвижность суставов.

Изучение данной темы включает в себя ритмическую гимнастику и музыкальные игры, тренаж современной пластики, прослушивание и разбор танцевальной музыки для ребят младшего школьного возраста. Занятия ритмикой помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В основе ритмики лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть

отображены в движении. Задача педагога – научить детей двигаться в характере музыки, передавая ее темповые, динамические, метроритмические особенности. Выполнение образного содержания музыкального произведения достигается через точную выразительную передачу посредством движений характера музыки. Вместе с тем, ритмические упражнения служат и задачей физического воспитания, они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно влияют на работу органов дыхания, кровообращения.

В процессе работы над «основными» танцевальными движениями воспитываются технические навыки:

1. умение начинать движения с началом музыки;
2. умение придавать движению нужную динамическую выразительность;
3. умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения.

Необходимо изучать основные виды движений в единстве с музыкальным образом, ребенок начинает чувствовать, что движения становятся тем выразительней, чем точнее их форма соответствует характеру и особенностям музыкально-двигательного образа.

Темы: «Элементы классического танца» и «Классический танец»

Занятия классическим танцем дают основу для постановки рук, ног, спины и более успешного и правильного усвоения материала по эстраднему и народно-сценическому танцам, являются основой в хореографии. Построение занятия идет соответственно программе по классическому танцу – «от простого к сложному».

В начале обучения следует ограничиться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих целью: сохранение и корректировка правильной осанки, ознакомление с основными положениями рук и ног, развитие первоначальных танцевальных навыков. Эти упражнения разучиваются на середине зала. В занятиях с детьми первого года обучения станок почти не используется.

В среднем возрасте дети могут выдерживать большую физическую нагрузку, поэтому занятия для них усложняются. Вводится классический экзерсис (на него отводится не менее 30 минут занятия). Комбинации строятся с учетом уже имеющейся танцевальной техники и возрастных интересов обучающихся. Увеличивается количество движений, входящих в комбинацию, ускоряется темп исполнения, увеличивается физическая нагрузка, усложняется координация движений. Практически все ребята, начиная с середины основного этапа, уже являются активными участниками всех концертных выступлений, у них уже сформировано уважительное отношение к танцам, поэтому педагогу важно добиться правильного исполнения каждого упражнения, много работать над техникой и

выразительностью. Особое внимание уделяется построению формы комбинации, как структурного звена. В соответствии с этим рассматриваются формы рабочего и танцевального *adagio*, классической вариации в их поступательном развитии.

Темы: «Элементы народно-сценического танца» и «Народно-сценический танец»

На подготовительном этапе, на «середине» обучения по программе, изучаются характерные для народного танца позиции рук и ног, осваивается простейшая координация, а также удобные и понятные детям элементы танцев. Следует избегать слишком раннего и быстрого введения специфических особенностей народно-сценического танца, которые трудно, а зачастую невозможно согласовать с начальной стадией обучения классическому танцу. Например, скошенная на ребро стопа, разное приседание, злоупотребление «завернутыми» положениями ног, резкие, неправильные для классики изломы корпуса, повороты головы и т.д. не могут быть правильно восприняты мышцами ученика и не принесут пользы в народно-сценическом танце, помешав в то же время изучению классического. И только получив определенные навыки в классическом тренаже, можно углубленно и без вреда для мышечной системы и опорно-двигательного аппарата осваивать специфику народно-сценического танца, а также специфику эстрадного танца.

С первого года обучения вводятся элементы народно-сценического танца: поклоны в разных характерах, танцевальные движения, народно-сценический экзерсис, который составляет основу для более успешного и правильного усвоения народного танца. Упражнения у станка не превышают 15 минут на первом и втором годах обучения и 40 минут в старших группах. Дети любят народно-сценический танец, потому что он близок и понятен им благодаря богатству различных образов. Народные танцы можно интерпретировать, приближая к детской тематике, обогащая элементы танца темами, заимствованными из сюжетов сказочного и бытового характера, из детских игр, чтобы материал танца был доступен и интересен самому ребенку. Итогом обучения народно-сценическому танцу является умение учащихся красиво и выразительно, на профессиональном уровне исполнять народно-сценические танцы.

Особое внимание следует уделять дыханию учащихся. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники, особенно если учитывать частую смену темпов и ритмов занятия, длительные, требующие большого дыхания, развернутые танцевальные композиции, необходимость преодолевать значительные сценические пространства.

При знакомстве с национальными особенностями, культурой, бытом, костюмом и традициями разных народов не следует преждевременно навязывать детям «взрослую» манеру исполнения, заставлять его

«наигрывать» темперамент и утрировать мимическую игру. Исполнение всегда должно быть естественным, а предлагаемый материал не только соответствовать техническим возможностям обучающихся, но и учитывать их возрастную психологию.

Тема: «Элементы актерского мастерства»

Занятия с учащимися младшего школьного возраста проводятся в форме игры, театрализации, развивающей беседы. Благодаря игре индивидуальность ребенка находит выражение в коллективном творчестве. Игры, которые рекомендуется проводить с детьми и на теоретических, и на практических занятиях, пробуждают у детей нравственные чувства, формирующие культуру личности, вырабатывают правила поведения в различных ситуациях. Игра развивает фантазию, воображение ребенка, помогает самореализоваться и раскрыться. Форма занятия через игру позволяет быстрее добиться запоминания необходимых понятий и знаний. Большое внимание уделяется театрализации на практических занятиях. Для работы берутся массовые танцы преимущественно игрового и сюжетного характера, соответствующего возрасту исполнителей. Инсценировки детских песенок и сказок, танцы на сюжеты детских игр, на школьную тематику на импровизированной сцене могут перейти в целый спектакль.

Основная задача – дать ребенку раскрепоститься, побывать актером, обрести уверенность в себе. Программа предусматривает и этюдную форму работы, основой которой являются уже задачи творческого характера. Сюда входит: работа над образом посредством танцевальной лексики и пластики, этюд на заданную тему (праздник, зима, художник, мода и т.д.), ролевые игры, сюжеты для самостоятельного сочинения комбинаций и мини-танцев – все это работа по формированию творческого мышления.

Тема: «Элементы эстрадного танца»

В программу занятий входят упражнения по развитию современной пластики: партерная гимнастика и упражнения для отдельных групп мышц.

При выполнении упражнений необходимо следить, чтобы те части тела, которые в данный момент не задействованы, оставались статичными. Это способствует не только постепенному разогреву, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладеть исполнением сложных по координации движений.

В последней части занятия предлагаются танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности, соответствующие стилям «Джаз», «Техно-рейв», «Модерн».

Методика и основные принципы построения тренажа представляют собой выстроенную систему упражнений с учетом постепенного возрастания физической нагрузки – от легких движений к трудным, от простых к сложным, от медленного темпа к быстрому. Постепенно варьируя известные элементы, осваиваются более сложные координации движения.

Тема: «Балетная гимнастика»

В содержание учебного материал по данной теме входит разработанный комплекс двигательных упражнений для рук, ног, туловища, или и других частей тела, которые дополнятся разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе и ритме. Упражнения формируют правильную постановку корпуса, кроме того, помогают исправлять различные физические недостатки. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость, размах движений, помогают осознать направление и форму движений. Последовательно и постепенно осваивая движения, развиваются двигательные и психические качества ребенка, подготавливающие его к овладению сложными действиями, развивающие силу мышц, быстроту мышечных сокращений, подвижность суставов, формирующие необходимые для успешного освоения хореографического искусства: выворотность, танцевальный шаг, легкость, грациозность движений.

Упражнения балетной гимнастикой имеют ряд особенностей. Они точно дозируются, могут применяться в разнообразных вариантах и комбинациях. Это обеспечивает избирательный характер на отдельные группы мышц и на определенные системы организма. Например, для постановки корпуса подбираются упражнения, которые больше всего укрепляют крупные группы мышц плечевого пояса и спины, улучшают дыхание (укрепляются диафрагма, межреберные мышцы и др.)

В результате систематического повторения упражнения балетной гимнастики создается своеобразный фонд двигательного опыта, двигательных качеств и способностей, необходимых как в жизненной практике, так и для формирования сложных танцевальных навыков.

Тема: «Познавательная деятельность о хореографическом искусстве»

При изучении данной темы дети знакомятся с жизнью и бытом, костюмом, музыкой, национальными особенностями разных народов, просматривают видеофильмы танцевальных постановок различных хореографических коллективов, знакомятся с историей танца, балета.

Также в начале, середине года проводятся беседы о нормах и правилах поведения в коллективе: прежде всего на занятиях, репетициях и за кулисами во время выступлений; о необходимости бережного отношения к окружающим материальным ценностям, в том числе к костюмам и реквизиту. В процессе обучения организуются экскурсии в краеведческий музей, художественную галерею, на спектакли и концерты местных и приезжих исполнителей.

Тема: «Постановочная работа»

На занятиях по постановке танца большое внимание уделяется развитию активного детского творчества и фантазии. В процессе занятий необходимо дать возможность самостоятельной работы, научить обучающихся мыслить самостоятельно, приобщить их к сотворчеству.

Постановке танца предшествует работа над образом (этюдная работа). Это развивает творческую инициативу ребят, помогает им понять характер танцевальных образов. Предлагая учащимся темы этюдов, необходимо стараться, чтобы эта работа была совместной. Темы также могут предлагать сами ученики, нужно только направить ребят на создание образов, различных ситуаций в сочетании с прилагаемой музыкой. Необходимо несколько раз прослушать музыку и дать возможность учащимся пофантазировать. Вначале это будут этюды, затем разучиваются танцевальные элементы, на основе которых будет ставиться танец. Не следует увлекаться технической сложностью, нужно брать темы близкие и понятные исполнителям, добиваться осознанного и выразительного исполнения. Наряду с танцами основного репертуара можно ставить более простые танцы для ощущения детьми их полезной значимости и растанцованности.

Подготовка концертных номеров – особый, трудоемкий процесс. Он включает в себя формирование репертуара, прослушивание музыки, беседы об особенностях танцевального образа, о костюме, о красоте танца, о совершенстве человеческого тела, выразительности, грации, то есть о том, как богат язык танца, и чего можно достичь, овладев им.

Формирование репертуара дает многое для становления творческого коллектива, как единого целого. Он не может быть чужим, он должен стать неотъемлемой частью ансамбля. Репертуар должен подчеркивать оригинальность творческого коллектива. Создание репертуара довольно сложный процесс, но это единственный путь к достижению нужного результата. Репертуар – это лицо коллектива, его визитная карточка и он создается всем коллективом, где все исполнители дополняют друг друга, обеспечивая тем самым выполнения единых творческих задач.

Тема: «Репетиционная деятельность и сводные репетиции»

Основное репетиционное время отводится работе над репертуаром. Репетиции условно подразделяются на три группы: рабочие репетиции, репетиции перед концертом и сводные репетиции. Две-три репетиции перед концертом включают, главным образом, репертуар, который будет исполнен на концерте. Если выступление состоит всего из двух-трех хореографических постановок, то непосредственная репетиционная подготовка к выступлению сокращается. Следует выделить репетицию в день концерта. Помимо «разогрева» (подготовки мышц к работе) в нее включается повторение наиболее сложных фрагментов из исполняемой на концерте постановки. Не следует стремиться исполнить все произведения полностью. По времени репетиция в день концерта не должна превышать 45 минут.

Методы организации рабочей репетиции ансамбля определяются уровнем исполнительского мастерства и танцевальной грамотности участников, степенью сложности репертуара, состоянием его освоения на

данный момент.

Рабочая репетиция проводится, используя разнообразные формы организации (по группам, совместно). Такие формы оживляют содержание работы, вызывая меньшую утомляемость участников коллектива. На общей репетиции отрабатываются произведения, уже прошедшие стадию разучивания по группам.

Сводные репетиции проводятся, как правило, перед концертами, в которых задействованы различные коллективы Детско-юношеского центра или другие творческие коллективы, и представляет собой организованную подготовку к предстоящему мероприятию под руководством и по замыслу режиссера или художественного руководителя.

Работа над новыми произведениями начинается с общего знакомства. Формы знакомства с новым произведением могут быть разными. Рассказывается о его художественных достоинствах, кратко остановившись на тех или иных сложностях, которые придется преодолевать ансамблю в процессе его разучивания. Главное – заинтересовать детей новой работой.

Тема: «Концертная деятельность»

Концертная деятельность – важнейшая часть творческой работы коллектива. Она является логическим завершением всех репетиционных и педагогических процессов. Публичное выступление ансамбля на концертной эстраде вызывает у детей особое психологическое состояние, определяющееся эмоциональной приподнятостью, взволнованностью. Маленькие артисты испытывают подлинную радость от соприкосновения с миром художественных образов, интерпретаторами которых они являются. Творческий контакт со зрительской аудиторией имеет очень большое значение для воспитания детей.

Каждое концертное выступление коллектива должно быть тщательно подготовлено. Плохо подготовленное, неудачное выступление ансамбля приносит глубокие переживания его участникам. После каждого выступления проводятся беседы с обучающимися коллектива об успехах и неудачах выступления, что получилось хорошо, а что необходимо доработать.

Организация процесса обучения. Учебные темы программы включают в себя теоретические и практические занятия. Основные формы и методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия – просмотры видео, прослушивание аудиозаписей;
- словесный метод – рассказ нового материала; беседа о выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;
- наглядный метод – личный показ педагогом, видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;
- практический метод – работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции;

- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основными в освоении программы являются методы «от простого к сложному», от «медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущениям».

Занятие постановкой любого танца состоит из трех частей:

- познавательной деятельности о хореографической постановке;
- упражнений у станка;
- движений и комбинаций на середине зала;
- разучивание и композиционное построение учебных этюдов на танцевальном материале.

Принципы построения деятельности:

- принцип интеграции различных жанров танцевального искусства, синкретичности различных видов искусств (хореографии, литературы, истории).
- принцип концентричности, т.е. возвращение к ранее изученному материалу с его последующим расширением и усложнением.
- принцип непрерывности предполагает правильное чередование напряжений и спадов в работе, равномерность ее во времени, ее насыщенность в течении учебного года позволяет определить системность в работе.
- принцип доступности, т.е. для каждого возраста материал подбирается в соответствии с особенностями психолого-эмоционального развития именно этого возраста.
- принцип преемственности предполагает создание и развитие традиций, помогающих сформировать сплоченный коллектив.
- принцип осознанности – усвоение материала должно быть не механическим, а, прежде всего, осмысленным.
- принцип наглядности, когда каждое новое движение предварительно показывает и объясняет педагог.
- принцип индивидуального подхода к каждому ребенку, когда требование результата должно исходить из предварительной оценки его возможностей.
- принцип сотрудничества между педагогом и детьми, между детьми разных возрастных групп.
- принцип развивающего обучения, который ориентирует учащихся на зону ближайшего развития.
- принцип дидактики – содержательные задачи включены в программу для освоения обучающимися методом от простого к сложному.

Воспитательная работа интегрирована в процесс обучения, в организацию жизни коллектива. Её основной смысл заключается в том, чтобы развить и укрепить нравственные представления, эстетические идеалы, этические нормы жизни и поведения.

Примерный репертуарный план:

№ п/п	Хореографические постановки	Тематика хореографических постановок
<i>Стартовый уровень</i>		
1.	«Хоровод царевен»	Народная тематика
2.	«Ладу - ладу»	Народная тематика
3.	«Тихий час»	Детская тематика
4.	«Первоклашка»	Детская тематика
5.	«В роще калина»	Народная тематика
6.	«Рождественская»	Народная тематика
7.	«Порушка-Параня».	Народная тематика

Список литературы для педагога:

1. Альберт, Г.Г. Школа классического танца. / Г.Г. Альберт, А. Пушкин – Санкт-Петербург: Лань, 2013
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии. / Т. Барышникова – Москва., 2001
3. Базаров, Н.Я. Азбука классического танца / Н.Я. Базаров, Б.Р. Мей – Москва: Детская литература, 1989
4. Баттерворт, Д. Танец. Теория и практика / Д. Баттерворт – Харьков: Гуманитарный центр, 2016
5. Ваганова, Л.Д. Основы классического танца / Л.Д. Ваганова – Москва: Детская литература, 1988
6. Васильева-Рождественская, М.В. Историко-бытовой танец / М.В. Васильева-Рождественская – Москва: Искусство, 1987
7. Горшкова, Е.В. От жеста к танцу / Е.В. Горшкова – Москва, 2002
8. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. Учебно-методическое пособие / И.Г. Есаулов – Санкт-Петербург: Лань, 2016
9. Есаулов, И.Г. Народно-сценический танец. Учебное пособие / К.А . Есаулова – Москва: Планета музыки, 2014
10. Жданов, Л. Вступление в балет. – Москва: Планета, 1986
11. Заикин, Н.И. Областные особенности русского народного танца / Н. И. Заикин, Н. А. Заикина – Орел, 2003
12. Касл Кейт, Буассон Анна др. Моя первая книга про балет. – Москва: АСТ, 2013.
13. Костравицкая, В.Н. 100 уроков классического танца. – Москва: Музыкальная литература, 1999
14. Мерзлякова, С.М., Мерзлякова Т.П Музыкально-игровой материал для

- дошкольников и младших школьников / Наш веселый хоровод: Вып.1.
– Москва: Владос, 2002
15. Митрохина, Л.В. Основы актерского мастерства / Л.В. Митрохина – Орел, 2003
 16. Никитин В.Ю. Джаз – танец модерн – методика преподавания / В.Ю. Никитин – Москва: Педагогика, 2000
 17. Суворова, Т.И. Танцевальная ритмика / Т.И. Суворова – Санкт-Петербург, 2004
 18. Ткаченко, Т. Народный танец / Т. Ткаченко – Москва: Искусство, 1967
 19. Фоменко, И.М. Основы народно-сценического танца. / И.М. Фоменко – Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2002
 20. Устинова, Т. Русский народный танец / Т. Устинова – Москва, 1976
 21. Шарова, Н.И. Детский танец / Н.И. Шарова – Москва: Планета музыки, 2016

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Бабков, В.А. Разные дети живут на планете. Поем, слушаем, танцуем на занятиях и праздниках / В.А. Бабков, О.В. Федоскина – Самара: Дом Федотова, 2014
2. Дыкман, Л.Я. Гармоничный ребенок. Как этого достичь? Взрослые и дети. Воспитание в гармонии / Л.Я. Дыкман – Москва: Дементра, 2012
3. Пасютинская, В.М. Путешествие в мир танца / В.М. Пасютинская – Санкт-Петербург: Алетейя, 2014
4. Резникова, З.П. Приглашение к танцу / З.П. Резникова – Москва: Музыкальная литература, 1996
5. Струве, Г. Музыка для всех / Г. Струве – Москва: Музыкальная литература, 1999
6. Товстоногов, Г. А. Зеркало сцены / Г. Товстоногов – Москва: Музыкальная литература, 1999

Приложение 1

Календарный учебный график

Детского объединения «**Основы хореографии**», год обучения – 1, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория,	2	Введение в программу. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
2.	Сентябрь			Теория, практика	2	Основы ритмики. Мелодия и движение. Подготовительные упражнения. Упражнения для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Теория, практика	2	Контрастность музыки: быстрая – медленная – умеренная, веселая – грустная. Упражнения: «растягивание резинки» - упражнение для рук, «деревянные и тряпичные куклы»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
4.	Сентябрь			Теория	2	Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Знакомство с началом и концом фразы, характером музыки, динамикой, темпом. Основные понятия построения и перестроения.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: «твердые и мягкие руки», «мельница», «пружинки»- приседание, «маятник»- перенос корпуса с носков на пятки и обратно. Музыкальные игры: «Внимание! Музыка», «Веселый поезд».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Практика	2	«В походе», «Найди свое место», «Кот и мыши», «В стране чудес».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Игровая программа
7.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – ходьба бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и полупальцах; – шаг с носка;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

						– бег с отбрасыванием ног назад и подъемом вверх; сочетание бега с ритмичными хлопками.		
8.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – сочетание ходьбы с бегом; – работа над образными движениями; – примеры: «Ходит балерина», «Шагают спортсмены», «Идет мишка», «Бегут цыплята», «Скачет заяц, белка»; – хороводный сценический шаг; – притопы (одинарные, двойные, тройной); выставление ноги на пятку и носок. Положение рук: – руки опущены вниз; – руки отведены в стороны; – подбоченившись; – хлопки в ладоши; – взмахи платочком; – использование предмета: (платочек, веточка, лента, мяч).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Практика	2	Создание детьми несложного музыкального образа. Игры на воображение, развитие мышечной, зрительной, эмоциональной памяти (примеры игр: «День и ночь», «Лиса и куры», «Повторяшки»). Темы для самостоятельной работы: – придумать интересный образ для игры «День и ночь»; сочинить простые движения для игры «Повторяшки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
10.	Октябрь			Теория, практика	2	Понятие о правильной осанке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Практика	2	Понятие подтянутости корпуса. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

12.	Октябрь			Теория	2	Понятие о натянутости и выворотности ног. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
13.	Октябрь			Теория, практика	2	Выполнение упражнений: подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Теория, практика	2	Выполнение упражнений: подъем на полупальцы (releve) по VI позиции лицом к станку I позиции ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: I позиции ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
16.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: полуприседания и полное приседание (demi-plie и grand-plie) по I позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: полуприседания и полное приседание (demi-plie и grand-plie) по I позиции лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: прыжок sote по VI позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
19.	Ноябрь			Практика	2	Выполнение упражнений: прыжок sote по VI позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольные упражнения
22.	Ноябрь			Практика	2	Почему народ танцует? Отражение в танце жизни людей. Ходы по кругу на полупальцах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Теория, практика	2	Отражение в танце жизни людей. Удары всей стопой в пол.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

24.	Ноябрь			Теория, практика	2	Хлопки и притопы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
25.	Ноябрь			Практика	2	Галоп.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	Соскок на две ноги.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
27.	Декабрь			Практика	2	Подскоки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
28.	Декабрь			Практика	2	Шаг польки.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Теория	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
32.	Декабрь			Теория, практика	2	Что такое эмоции. Внешнее выражение чувств человека	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Теория, практика	2	Внешнее выражение чувств человека. Приемы выражения чувств: радость.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	Внешнее выражение чувств человека. Приемы выражения чувств: грусть.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Музыкальные игры «В гостях у бабушки».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

36.	Январь			Теория	2	Музыкальные игры «Репка».	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
37.	Январь			Теория, практика	2	Представления о своем физическом теле, из чего оно состоит и как работает. Партерная гимнастика. Упражнение: постановка корпуса сидя на полу: «стульчики кресло».	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Упражнение: «старички и молодые»	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Упражнения для стоп: одно временное сокращение стоп «Иголки, утюжки», поочередное сокращение стоп «Нажимаем на педали», круговое вращение стоп.	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
40.	Январь			Практика	2	Упражнения: наклоны вперед к ногам: «прищепка «или «книжка»; с хлопками рук.	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Практика	2	Упражнения лёжа на животе: перегибы корпуса назад на вытянутых руках; «мудрая змея»; «корзиночка»;	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
42.	Февраль			Практика	2	Упражнения: - раскрытие рук в стороны: «самолетик»; - одновременное поднятие рук и ног: «парашютисты»	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Упражнения: поочередное поднятие рук и ног: «лодочка», «велосипед медленно («поднимаемся в гору»), быстро («катимся с горы»).	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Упражнения: - сидя: «лягушка»; - растяжки: «мостик» исполнять из положения: лежа; стоя на коленях и во весь рост.	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮО «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Теория	2	Отработка изученных упражнений.	ДЮО «Ровесник», каб. №14	

47.	Февраль			Теория, практика	2	Беседа о том, что такое хореография, танец.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
48.	Февраль			Теория, практика	2	Разговор о деятельности детского хореографического ансамбля.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Практика	2	Знакомство с сюжетом, характером героев. Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
51.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
52.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Постановка танца согласно репертуарного плана	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
57.	Март			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
58.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

59.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
61.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
62.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
64.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка комбинаций, фигур танца. Подготовка к концерту	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение
67.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Концерт
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие

Календарный учебный график

Детского объединения «**Основы хореографии**», год обучения – 2, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория	2	Введение в программу второго года обучения. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
2.	Сентябрь			Теория	2	Знакомство с характером музыки (легато-связно, стаккато-отрывисто). Прослушивание музыкального материала: вальсы, марши.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
3.	Сентябрь			Практика	2	Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются): упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное занятие
4.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: выпады вперед, в сторону;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: прыжки по VI позиции, по II с хлопками впереди и сзади, над головой;	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Практика	2	Упражнения: использование при сочинении подготовительных упражнений единой темы, близкой и понятной детям. Примеры: «Петушок расплясался»,	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

						«Танцующие куклы», «Часы».		
7.	Сентябрь			Практика	2	Музыкальные игры: «Займи домик», «Потанцуем».	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
8.	Сентябрь			Практика	2	Положения ног: – 1-я позиция ног; – 2-я позиция ног; – 3-я позиция ног.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – сочетание ходьбы и бега; – прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад; – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
10.	Октябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук; – сочетание прыжков с другими движениями; – подскоки на месте и с продвижением; – сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
11.	Октябрь			Практика	2	Составление музыкальных образов и композиций. Примеры тем: «Ветер и листья», «Ручейки и потоки», «Снежинки», «Игры», «Эхо», «Угадай». Самостоятельная работа (придумать движения по темам, предложенным педагогом).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Выполнение контрольных упражнений
12.	Октябрь			Теория	2	Зачем нужны упражнения у станка. Понятие устойчивости. Что такое опорная и рабочая нога.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
13.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения исполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения исполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
16.	Октябрь			Практика	2	Изученные ранее упражнения выполняются стоя боком у станка, рука на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
19.	Ноябрь			Практика	2	Batement tendu в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
22.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Практика	2	Обхватное sou-de-pied	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Практика	2	Batemet frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
25.	Ноябрь			Практика	2	Batemet frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	Batemet frappe в сторону по I позицию лицом к станку	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
27.	Декабрь			Теория	2	Как зародились первые танцы. Основа народного танца – трудовой процесс. Подражательные пляски	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
28.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
29.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Смена ритмического рисунка в движениях	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Практика	2	Положение рук на поясе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
32.	Декабрь			Практика	2	Открывание рук в стороны	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Практика	2	Притоп	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
34.	Декабрь			Практика	2	«Ножницы»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Подготовка к «веревочке»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plie	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
37.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plie	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Приставной шаг demi-plie	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Повороты корпуса	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
40.	Январь			Практика	2	Подготовка к «моталочке»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Теория	2	Эмоциональность исполнения танца	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
42.	Февраль			Теория, практика	2	Понятие «имитация движений». Подражание движениям животных и птиц	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Инсценировка песни «Три веселых гуся»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Этюды: «Цирковые лошадки», «Воробушки»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Этюд: «Петушок расплясался»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Теория	2	Пластика-основа хореографии. Основные условия движения человека	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
47.	Февраль			Практика	2	Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений): – сидя; – постановка корпуса; – упражнения для стоп: круговое вращение стоп (все)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
48.	Февраль			Практика	2	Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений):	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

						<ul style="list-style-type: none"> – упражнения для втягивания коленей; – сокращение стоп; – держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать). 		
49.	Февраль			Практика	2	Relevant: <ul style="list-style-type: none"> – поочерёдное поднятие и опускание ног; – одновременное поднятие и опускание ног; – поднятие и опускание ног с отрывом рук от пола («Самолетик»); – упражнение для группировки мышц в воздухе 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Март			Практика	2	Relevant: <ul style="list-style-type: none"> – подъем обеих ног на 90°; – с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»); – поочередный подъем ног: одновременный; по точкам; с разножкой. 	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
51.	Март			Теория	2	Беседы о природе танца и его месте в культурной жизни общества	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
52.	Март			Теория	2	Легенды, сказки и их связь с танцами	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Теория	2	Описание характера русского танца «В роще калина», танца «Домовята». Беседа о сценических костюмах к постановочному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
57.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
58.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
59.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Зачет
61.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
62.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
63.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
64.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
67.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник»,	

							каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Концерт
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие

Календарный учебный график

Детского объединения «Основы хореографии», год обучения – 3, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о:

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теория	2	Введение в программу третьего года обучения. Правила поведения в ДЮЦ. Правила техники безопасности	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
2.	Сентябрь			Теория	2	Музыкальные размеры – 4/4, 2/4, 3/4. Знакомство с характером музыки. Прослушивание музыкального материала.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное занятие
3.	Сентябрь			Практика	2	Подготовительные упражнения (усложняются и совершенствуются): – упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп; – выпады вперед, в сторону; – прыжки по I поз., по II поз., по VI поз. ног	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Выполнение контрольных упражнений
4.	Сентябрь			Практика	2	Музыкально-ритмические движения: – положения ног: 1-я позиция ног; 2-я позиция	ДЮЦ «Ровесник»,	

						<p>ног; 3-я позиция ног.</p> <ul style="list-style-type: none"> – положение корпуса; – работа рук; – сочетание ходьбы и бега; – прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад; – вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук 	каб. №14	
5.	Сентябрь			Практика	2	<p>Музыкально-ритмические движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сочетание прыжков с другими движениями; – подскоки на месте и с продвижением; – сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками; – галоп и шаг польки. <p>Музыкальные игры: «Гори, гори ясно», «Заплетай плетень».</p>	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
6.	Сентябрь			Теория	2	Понятия «Актер». Основы актерского мастерства. Голос и речь человека. Жест, мимика, движение.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
7.	Сентябрь			Практика	2	Составление музыкальных образов и композиций. Игры по развитию внимания («Имена», «Цвета», «Садовник и цветы», «Айболит», «Эхо» и др.).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное занятие
8.	Сентябрь			Практика	2	Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Создание образов под заданный музыкальный материал (изображение зверей, птиц, растений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
9.	Октябрь			Практика	2	Темы для самостоятельной работы. Придумать движения по темам, предложенным преподавателем. Создание образов под заданный музыкальный материал (изображение зверей, птиц, растений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
10.	Октябрь			Теория, практика	2	Пластика – основа хореографии. Понятия: осанка, выворотность, равновесие, устойчивость. Партерная гимнастика (совершенствование и усложнение движений, использование более сложных, силовых упражнений).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

11.	Октябрь			Практика	2	Упражнения сидя: – постановка корпуса; – упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
12.	Октябрь			Практика	2	Упражнения сидя: – упражнения для втягивания коленей; – сокращение стоп; – держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать).	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
13.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – поочерёдное поднятие и опускание ног; – одновременное поднятие и опускание ног; – поднятие и опускание ног с отрывом рук от пола.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
14.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – лежа на спине: упражнение для группировки мышц в воздухе; – подъем обеих ног на 90°; – с помощью рывка подъем корпуса до упора на локтях и всё обратно («Стойка», «Березка»)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
15.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – поочередный подъем ног; одновременный; по точкам; с разножкой; – лёжа на животе: «Лягушка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
16.	Октябрь			Практика	2	Relevant: – растяжки, разработка портерных комбинаций на образ: «Самоварчик», «Часы», «Петрушка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
17.	Октябрь			Теория	2	Беседа о правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене. Беседа об общественном этикете	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
18.	Ноябрь			Теория	2	Беседа: «Музыка – неотъемлемая часть хореографии»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

19.				Теория	2	Классический танец – азбука хореографии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
20.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис у станка. Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – постановка корпуса лицом к станку в VI позиции ног; – Demi plie по VI позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
21.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – Releve на полупальцах по VI позиции; – наклоны и повороты головы у станка: вниз-вверх, вправо-влево	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
22.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – позиции ног I, II, III, V; – Demi plie по I, II, V позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
23.	Ноябрь			Практика	2	Упражнения выполняются лицом к станку из I позиции ног в сторону в медленном темпе: – Releve I, II, III, V.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
24.	Ноябрь			Практика	2	Экзерсис на середине. Поклон: руки из подготовительного положения, наклон головы вперед – для девочек. Для мальчиков только наклон головы.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
25.	Ноябрь			Практика	2	– позиции рук I, II, III; – позиции ног I, II, III, V	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
26.	Ноябрь			Практика	2	– упражнения для рук; – I форма portdebras; – шаги на полупальцах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
27.	Ноябрь			Практика	2	Allegro: – прыжки по VI позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
28.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – прыжки по I позиции с сокращенными стопами	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

29.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – подготовительный прыжок и sotto по VI поз, руки в подготовительном положении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
30.	Декабрь			Практика	2	Allegro: – подготовительный прыжок и sotto по VI поз, руки в подготовительном положении.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
31.	Декабрь			Теория	2	Исторические корни русского танца. Особенности музыки – медленные хороводные и быстрые плясовые народные мелодии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Опрос
32.	Декабрь			Теория	2	Исторические корни русского танца. Особенности музыки – медленные хороводные и быстрые плясовые народные мелодии	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
33.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – на всей стопе	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Контрольное занятие
34.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – на полупальцах	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
35.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: с продвижением вперед, назад, в повороте, в рисунке.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
36.	Декабрь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – топающий шаг на всей стопе и с продвижением вправо, влево	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
37.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – припадание по VI позиции	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
38.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – использование рисунка в хороводах: «Змейка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
39.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг:	ДЮЦ «Ровесник»,	

						– «Круг»	каб. №14	
40.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Ручеек»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
41.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Колонна»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
42.	Январь			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Цепочка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
43.	Февраль			Практика	2	Экзерсис на середине зала. Хороводный шаг: – «Улитка»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
44.	Февраль			Практика	2	Танцевальные игры на русском материале «Змейка с воротцами»	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
45.	Февраль			Практика	2	Танцевальные игры на русском материале «Заплетись плетень» (Брянская область)	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
46.	Февраль			Практика	2	Отработка изученных упражнений	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
47.	Февраль			Теория, практика	2	Знакомство с профессиональными особенностями эстрадного танца и разъяснение отличий от классического и народно-сценического танцев Диско-гимнастика. Основное положение	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Зачет
48.	Февраль			Практика	2	Разминка. Движения на основе разноименной координации. Чередование мышечного напряжения и расслабления в единстве	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
49.	Февраль			Теория	2	Беседа об эмоциональной передаче образа в номере «Порушка-Параня». Описание сценических костюмов	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
50.	Февраль			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Наблюдение

51.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
52.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
53.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
54.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
55.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
56.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
57.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
58.	Март			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
59.	Апрель			Практика	2	Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
60.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Зачет
61.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
62.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	

63.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
64.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
65.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
66.	Апрель			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
67.	Май			Практика	2	Отработка концертных номеров. Освоение репертуара	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
68.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Концерт
69.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
70.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
71.	Май			Практика	2	Участие в концертах.	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	
72.	Май			Практика	2	Итоговое занятие. Отчетный концерт	ДЮЦ «Ровесник», каб. №14	Открытое занятие

