

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 4»

ПРИНЯТО
Педагогический совет
МАОУ ДО ЦДТ № 4
Протокол № 1 от «05» сентября 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
директор МАОУ ДО ЦДТ № 4
Л.Н. Тарасенко

Приказ № 160 от «05» сентября 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
по народному танцу
«Сувенир»

Направленность художественная

Уровень разноуровневая (от стартового до продвинутого)

Возраст обучающихся 7-17 лет

Срок реализации программы 10 лет (2160 часов)

Авторы-составители:
педагоги дополнительного образования
Мизина Екатерина Евгеньевна,
Мизин Виталий Николаевич

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка	3
Цель и задачи	7
Содержание	9
Планируемые результаты	62
Календарный учебный график	65
Условия реализации	66
Формы аттестации и оценочные материалы	68
Методические материалы	69
Воспитательная деятельность	72
Список литературы	75
Приложение 1	79
Приложение 2	81
Приложение 3	82
Приложение 4	85
Приложение 5	86
Приложение 6	88
Приложение 7	90
Приложение 8	93
Приложение 9	94
Приложение 10	95
Приложение 11	96
Приложение 12	97
Приложение 13	98
Приложение 14	102
Приложение 15	104
Приложение 16	106
Приложение 17	108
Приложение 18	109
Приложение 19	112
Приложение 20	113

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана в соответствии с основными нормативными документами в сфере образования Российской Федерации и Красноярского края:

- 1) Конвенция о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- 2) Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 3) Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- 4) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р. «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- 5) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р. «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- 6) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»);
- 7) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.06.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 8) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования»;
- 9) Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 10) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;
- 11) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- 12) Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»

(вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

13) Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

14) Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года № 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»;

15) Распоряжение администрации города Красноярска от 11.02. 2021 № 7-соц «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования в системе образования в городе Красноярске».

Данная программа разработана с учетом Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Регионального модельного центра дополнительного образования детей Красноярского края (2025г.).

Реализация данной программы осуществляется в соответствии с уставом муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества № 4» (далее – МАОУ ДО ЦДТ № 4) и локальными нормативными актами, регулирующими деятельность МАОУ ДО ЦДТ № 4.

Направленность программы

Программа по народно-сценическому танцу «Сувенир» имеет художественную направленность и ориентирована на развитие художественного вкуса, художественных способностей и склонностей к хореографии, творческого подхода, эмоционального восприятия, формированию стремления к воссозданию чувственного образа восприятия мира.

Программа органично сочетает в себе обучение, воспитание и развитие личности обучающихся посредством приобщения к русской народной танцевальной культуре. Программа направлена на выявление интересов и раскрытие творческого потенциала обучающихся в области хореографии и на развитие художественного вкуса обучающихся, их склонностей и способностей к хореографии.

Новизна программы

Новизной программы «Сувенир» является комплексный подход к обучению хореографии и более конкретизированное понимание роли хореографии как одного из основных инструментов воздействия на личность обучающегося. Занятия по данной программе дают возможность обучающимся в большей степени развить их коммуникативные способности, развить их творческие способности: внимание, мышление, воображение, фантазию, устранить недостатки физического развития и укрепить здоровье.

В рамках реализации программы обучающимся имеют расширенные возможности социально адаптироваться, получить яркие эмоциональные впечатления от учебно-творческого процесса, от выступлений на концертах как итога личных устремлений, пика артистичности и выразительности как высшей точки их большой коллективной работы.

Актуальность программы

Хореографическое образование, опирающееся на новое содержание и методику, комплексный и многожанровый характер воспитания пластической культуры подрастающего поколения – это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры обучающихся, что является несомненной значимостью реализации данной программы.

Актуальность данной программы определяется потребностью в формировании эмоциональной сферы личности обучающегося, его координации, музыкальности и артистичности. Занятия по данной программе способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность обучающегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: обучающийся учится сам создавать пластический образ. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает обучающимся понять себя, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Таким образом, именно танец является многогранным инструментом комплексного и эффективного воздействия на личность обучающегося

Освоение данной образовательной программы способствует формированию личной системы ценностей, патриотического отношения к своей Родине, бережному отношению к национальным традициям, культурным образцам в области хореографического искусства.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны обучающихся и их родителей на программы художественно-эстетического развития обучающихся, материально-технические условия для реализации которых имеются на базе Центра.

Педагогическая целесообразность

Целесообразность программы заключается в оптимальном использовании психолого-педагогических средств организации учебного процесса (формы, методы, приемы, технологии), способствующих достижению цели программы.

Отличительные особенности

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что в рамках программы создан детский творческий коллектив ансамбль народного танца «Сувенир». За высокое исполнительское мастерство и активную концертную деятельность коллективу дважды присвоено звание

«Образцовый художественный коллектив». В программе акцент сделан на устойчивый интерес обучающихся к народному танцу, где ведущее место отведено изучению элементов народного танца, сложных трюков, дробей и вращений.

Программа «Сувенир» модифицированная, что выражается в адаптации типовой методики преподавания хореографии для профессиональных учебных заведений для обучающихся, занимающихся в системе дополнительного образования.

Данную программу существенно отличает от подобных программ тот факт, что учебная и воспитательная работа способствует активному сотрудничеству обучающихся с руководителями коллектива, сверстниками, младшими участниками коллектива; развитию мотивации для дальнейших занятий хореографией и выбору будущей профессии в области хореографии.

Учебные занятия предполагают раздельное обучение групп мальчиков и групп девочек, репетиционно-постановочная работа заключается в проведении сводных репетиций групп мальчиков и девочек.

Обучение по данной программе предполагает возможность наставнической деятельности в целях эффективного взаимодействия и поддержки от обучающихся, владеющих навыками на более высоком уровне и обладающих организаторскими и лидерскими качествами, и в целях самореализации обучающихся в качестве добровольных помощников. Все это, в свою очередь, способствует более эффективному достижению личностных результатов, предусмотренных данной программой.

Программа разработана на основе разноуровневого подхода и предусматривает три уровня сложности: стартовый, базовый, продвинутый.

Адресат программы

Программа «Сувенир» предназначена для обучающихся 7-17 лет, в том числе обучающиеся с особыми образовательными потребностями.

Условия приема: принимаются обучающиеся с 7-летнего возраста при наличии у них природных и специфических для обучения хореографии физических данных и отсутствии медицинских противопоказаний для занятия хореографией.

Первичный набор и дополнительный набор в коллектив на вакантные места второго, третьего и последующих лет обучения проводится на основании результатов просмотра.

Для реализации программы формируются одновозрастные и разновозрастные группы. Наполняемость групп:

- 1 года обучения – до 17 человек
- 2 года обучения – до 17 человек
- 3 года обучения и последующих – до 17 человек.

Срок реализации программы

Данная программа рассчитана на 10 лет обучения, общий объем – 2160 часов, из них:

- 1 год обучения: 216 часов;
- 2 год обучения: 216 часов;

3 год обучения: 216 часов;
4 год обучения: 216 часов;
5 год обучения: 216 часов;
6 год обучения: 216 часов;
7 год обучения: 216 часов;
8 год обучения: 216 часов;
9 год обучения: 216 часов;
10 год обучения: 216 часов.

Форма обучения и режим занятий

Обучение осуществляется в очной форме.

Продолжительность учебного занятия соответствует академическому часу и устанавливается в зависимости от возрастных и психофизических особенностей обучающихся и составляет 40 минут.

Режим занятий – 3 раза в неделю по 2 академических часа с обязательным десятиминутным перерывом, из них 2 академических часа в неделю отводится на репетиционно-постановочную работу (в зависимости от участия группы в концертном репертуаре). Учебная нагрузка не превышает 6 часов в неделю.

В каждой возрастной группе занятия проводятся с сентября по май включительно.

Программа по народному танцу «Сувенир» предполагает работу с обучающимися и в летний период. В этих целях разработан модуль «Сувенир – лето». Данный модуль реализуется в течение 21 дня, в том числе и на базе загородных оздоровительных лагерей. Группы комплектуются по возрасту от 9 до 15 лет. Занятия проводятся ежедневно в соответствии с учебным тематическим планом программы. (приложение 2)

В случае функционирования учреждения в особом режиме работы, образовательный процесс не прекращается, а организуется проведение занятий в дистанционном режиме. В указанных целях разработан дистанционный модуль «Сувенир-дистант», предполагающий работу с обучающимися удаленно. Занятия проводятся в онлайн-режиме с использованием цифровых ресурсов сети «Интернет», а также социальных сетей (ВКонтакте и др.) в форме прямых эфиров, рассылок видеоуроков. (приложение 1)

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью данной программы является комплексное развитие танцевально-исполнительских способностей и сценического мастерства обучающихся через репетиционную деятельность и сценическую практику в области хореографического искусства народного танца.

Задачи

- 1) обучить теоретическим и практическим основы классического танца;
- 2) обучить основам народного танца и специальным танцевальным

умениям и навыкам (выворотность, гибкость и эластичность суставно-двигательного аппарата, танцевальный шаг, прыжок, координация);

3) сформировать правильную осанку, укрепить суставно-двигательный и связочный аппарат;

4) обучить технике исполнительского мастерства в области народного танца;

5) развить природные танцевальные данные обучающихся и их физическую выносливость;

6) обеспечить приобретение опыта профессионального поведения на сцене, в том числе сформировать умение владеть приемами импровизации;

7) раскрыть индивидуальные возможности и творческие способности обучающихся средствами хореографии с учетом их индивидуальных особенностей;

8) развить сценический артистизм и эмоциональную раскрепощенность в танцевальной практике;

9) сформировать устойчивую мотивацию обучающихся к народному хореографическому искусству;

10) развить умения и навыки сотрудничества и совместной деятельности с другими участниками коллектива;

11) привить обучающимся бережное отношение к национальной культуре и традициям народного творчества;

12) сформировать навыки коммуникативного межличностного общения, ответственности перед коллективом, умение находить компромисс;

13) сформировать волевые качества, ответственность и дисциплинированность;

14) развить культуру общения и поведения в социуме и привить нормы поведения в обществе;

15) привить навыки здорового образа жизни;

16) развить потребность в саморазвитии, самостоятельности, самоопределению и саморегуляции;

17) сформировать такие качества как организованность, наблюдательность, выносливость;

18) развить умение анализировать поступающую информацию, критически ее оценивать;

19) развить умение ставить цели (при постановке цели сопоставлять их со своими потребностями и возможностями, оценивать пути их достижения);

20) развить умение оценивать свои и чужие поступки с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, ориентироваться в окружающем мире, осознавая свою роль и предназначение, стремление к созидательной деятельности;

21) способствовать формированию общественной и гражданской позиции, принятию национальных ценностей и традиций.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержательная часть программы предусматривает некоторые отличия в подготовке обучающихся мужского и женского классов. Главным образом это касается репетиционно-постановочной работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (женский класс)

Первый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Устный опрос
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	46	6	40	Технический зачет
3	Партерный экзерсис	46	6	40	Технический зачет
4	Танцевальные элементы, танцевальные этюды	46	6	40	Технический зачет
5	Зачетное занятие	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО	144	20	124	
Репетиционно-постановочная работа					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
	Где комар?	18	4	14	Концерт, конкурс
	В лесу родилась елочка	18	4	14	Концерт, конкурс
	Дудочка и кувшинчик	18	4	14	Концерт, конкурс
	Красны девицы, добры молодцы	18	4	14	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	16	56	
	ИТОГО за год обучения	216	36	180	
Второй год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Изучение позиций ног классического танца	8	4	4	Технический зачет
3	Изучение позиций рук классического танца	8	4	4	Технический зачет
4	Классический экзерсис у станка	44	4	40	Технический зачет, устный опрос
5	Классический экзерсис на середине зала	34	4	30	Технический зачет
6	Элементы русского народного танца	44	4	40	Технический зачет

7	Зачетное занятие	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно- постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Во саду ли, в огороде	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Жили у бабуси	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Маша и медведь	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Ай да бусы	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	
Третий год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Разучивание preparation	2		2	Технический зачет
3	Классический экзерсис у станка	36	4	32	Технический зачет, устный опрос
4	Классический экзерсис на середине зала	26	4	22	Технический зачет
5	Разучивание прыжков (allegro)	18	4	14	Технический зачет
6	Разучивание подготовки к началу движения в народном характере	4	2	2	Технический зачет
7	Изучение позиций ног народного танца	4	2	2	Технический зачет
8	Изучение позиций рук народного танца.	4	2	2	Технический зачет
9	Элементы русского народного танца.	44	4	40	Технический зачет
10	Зачетное занятие.	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО ЧАСОВ:	144	24	120	
	Репетиционно- постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Маша и медведь	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Ай да бусы	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Рада снегу детвора	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Дудочка и кувшинчик	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	32	184	
Четвертый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	

1	Вводное занятие.	2	2		
2	Классический экзерсис у станка.	32	4	28	Технический зачет Устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала.	22	4	18	Технический зачет
4	Прыжки (allegro).	18	4	14	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере.	30	4	26	Технический зачет
6	Русский танец.	36	4	32	Технический зачет
7	Зачетное занятие.	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Ай, да бусы	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Речка-поперечка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Рада снегу детвора	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	

Пятый год обучения

	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	32	4	28	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	22	4	18	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	18	4	14	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	30	4	26	Технический зачет
6	Русский танец	36	4	32	Технический зачет
7	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Ай да бусы	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Речка-поперечка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	

Шестой год обучения

	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	

1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	4	18	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	4	8	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12	4	8	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	4	18	Технический зачет
6	Русский танец	28	4	24	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	4	20	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18	4	14	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	30	114	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Лето красное	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Секиринская кадрили	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	38	178	
Седьмой год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	4	18	Технический зачет Устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	4	8	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12	4	8	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	4	18	Технический зачет
6	Русский танец	28	4	24	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	4	20	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18	4	14	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	30	114	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс

3	Лето красное	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Секиринская кадрили	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	38	178	
Восьмой год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	2	20	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет
6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	В русском стиле	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Калинка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Лето красное	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
Девятый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	2	20	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет
6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет

9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно- постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	В русском стиле	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Играй гармонь	18	2	16	Концерт, конкурс
4	На солнечной поляночке	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
Десятый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	2	20	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет
6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно- постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	В русском стиле	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Играй гармонь	18	2	16	Концерт, конкурс
4	На солнечной поляночке	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
	Итого за весь период обучения	2160	294	1866	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
(мужской класс)

Первый год обучения					
	Темы занятий	Всего	в том числе		Форма контроля

		часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Устный опрос
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	46	6	40	Технический зачет
3	Партерный экзерсис	46	6	40	Технический зачет
4	Танцевальные элементы, танцевальные этюды	46	6	40	Технический зачет
5	Зачетное занятие	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО	144	20	124	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Красны девицы, добры молодцы	24	6	18	Концерт, конкурс
2	Дудочка и кувшинчик	24	6	18	Концерт, конкурс
3	В лесу родилась елочка	24	6	18	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	18	54	
	ИТОГО за год обучения	216	38	178	
Второй год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Изучение позиций ног классического танца	8	4	4	Технический зачет
3	Изучение позиций рук классического танца	8	4	4	Технический зачет
4	Классический экзерсис у станка	44	4	40	Технический зачет, устный опрос
5	Классический экзерсис на середине зала	34	4	30	Технический зачет
6	Элементы русского народного танца	44	4	40	Технический зачет
7	Зачетное занятие	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Жили у бабуси	24	2	22	Концерт, конкурс
2	Кто в лес, кто по дрова	24	2	22	Концерт, конкурс
3	Рада снегу детвора	24	2	22	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	6	66	
	ИТОГО за год обучения	216	28	188	
Третий год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	

1	Вводное занятие	2	2		
2	Разучивание preparation	2		2	Технический зачет
3	Классический экзерсис у станка	36	4	32	Технический зачет, устный опрос
4	Классический экзерсис на середине зала	26	4	22	Технический зачет
5	Разучивание прыжков (allegro)	18	4	14	Технический зачет
6	Разучивание подготовки к началу движения в народном характере	4	2	2	Технический зачет
7	Изучение позиций ног народного танца	4	2	2	Технический зачет
8	Изучение позиций рук народного танца.	4	2	2	Технический зачет
9	Элементы русского народного танца.	44	4	40	Технический зачет
10	Зачетное занятие.	4		4	Открытое занятие
	ВСЕГО ЧАСОВ:	144	24	120	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Дудочка и кувшинчик	24	2	22	Концерт, конкурс
2	Кто в лес, кто по дрова	24	2	22	Концерт, конкурс
3	Рада снегу детвора	24	2	22	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	6	66	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	
Четвертый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2		
2	Классический экзерсис у станка.	32	4	28	Технический зачет Устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала.	22	4	18	Технический зачет
4	Прыжки (allegro).	18	4	14	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере.	30	4	26	Технический зачет
6	Русский танец.	36	4	32	Технический зачет
7	Зачетное занятие.	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Полный вперед	18	2	16	Концерт, конкурс

2	Кто в лес, кто по дрова	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
4.	Речка-поперечка	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	
Пятый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	32	4	28	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	22	4	18	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	18	4	14	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	30	4	26	Технический зачет
6	Русский танец	36	4	32	Технический зачет
7	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	22	122	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Полный вперед	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Речка-поперечка	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	30	186	
Шестой год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	4	18	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	4	8	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12	4	8	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	4	18	Технический зачет
6	Русский танец	28	4	24	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	4	20	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18	4	14	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	30	114	

	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Полный вперед	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Секиринская кадрили	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	38	178	
Седьмой год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	4	18	Технический зачет Устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	4	8	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12	4	8	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	4	18	Технический зачет
6	Русский танец	28	4	24	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	4	20	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18	4	14	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	30	114	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Полный вперед	18	2	16	Концерт, конкурс
2	Красноярские проходки	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Ярмарка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Секиринская кадрили	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	38	178	
Восьмой год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	2	20	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет

6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	В русском стиле	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Калинка	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Полный вперед	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
Девятый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	22	2	20	Технический зачет, устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет
6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	На солнечной поляночке	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Казачий пляс	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Играй гармонь	18	2	16	Концерт, конкурс
5	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
Десятый год обучения					
	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у	22	2	20	Технический зачет,

	станка				устный опрос
3	Классический экзерсис на середине зала	12	2	10	Технический зачет
4	Прыжки (allegro)	12		12	Технический зачет
5	Упражнения у станка в народном характере	22	2	20	Технический зачет
6	Русский танец	28	2	26	Технический зачет
7	Народно-сценический танец	24	2	22	Технический зачет
8	Трюки, вращения	18		18	Технический зачет
9	Зачетное занятие	4		4	Отчетный концерт
	ВСЕГО	144	12	132	
	Репетиционно-постановочная работа	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Топотуха	18	2	16	Концерт, конкурс
2	На солнечной поляночке	18	2	16	Концерт, конкурс
3	Казачий пляс	18	2	16	Концерт, конкурс
4	Играй гармонь	18	2	16	Концерт, конкурс
	ВСЕГО	72	8	64	
	ИТОГО за год обучения	216	20	196	
	Итого за весь период обучения	2160	292	1868	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Содержанием программы предусматривается соблюдение принципа соответствия уровням сложности материала для обучения:

- 1 год – стартовый уровень;
- 2 – 7 годы – базовый уровень;
- 8 – 10 годы – продвинутый уровень.

Первый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (1 час)

Теория (1 час): Требования, предъявляемые к обучающимся: форма, культура поведения на занятиях. Знакомство с залом, с правилами расположения обучающихся в танцевальном зале. Правила постановки корпуса.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Ритмика, элементы музыкальной грамоты (46 часов)

Теория (6 часов):

- 1) Характер музыкального произведения, его темы, динамические оттенки, легатто-стакатто.

2) Метрические рисунки, акценты, сильные-слабые доли. Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, восьмые). Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Строение музыкального произведения.

3) Строение музыкального произведения. Понятие вступления, части, музыкальной фразы.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

1) Музыка: умение определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных пьес (веселый, спокойный, торжественный). Движения в различных темпах, переключение из одного темпа в другой, постепенное ускорение и замедление движения. Естественные бытовые шаги. Шаги с хлопками (хлопки перед собой, над головой, за спиной). Шаги с высоким подъемом колена. Бег в разных темпах.

2) Воспроизведение на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из восьмых, четвертных и половинных нот. Определение сильных и слабых долей на слух, отмечать их хлопками и шагами. Хлопки в ладоши (различные ритмические рисунки). Притопы ногами. Сочетание хлопков и притопов.

3) Изменение движений в зависимости от смены частей и фраз. Определение характера различных частей. Движение в характере музыки.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 3 Партерный экзерсис (46 часов)

Теория (6 часов):

Виды мышц. Напряжение и расслабление мышц.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

1.1 Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела

1.2 Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов

1.3 Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса

1.4 Упражнения на улучшение гибкости позвоночника

1.5 Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

1.6 Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

1.7 Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

3. Подробное описание методики выполнения упражнений в приложении

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Танцевальные элементы, танцевальные этюды (46 часов)

Теория (6 часов):

Виды танцевальных элементов и особенности их исполнения.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

1. Шаги (на месте, по кругу, по диагонали, по линии, в перестроении на различные рисунки): бытовой (естественный); легкий шаг с носка; шаг на полупальцах; легкий бег; шаг с подскоком; боковой приставной шаг (галоп); шаг польки.
2. Притопы: одинарный; перестукивание; удары каблучками.
3. Прыжки: мячики; с поджатыми ножками; в повороте; в продвижении.
4. Ковырялочка.
5. Выведение ноги на носок (в сторону, вперед).
6. Выведение ноги на каблук (в сторону, вперед).
7. Упражнения на ориентировку в пространстве: различение правой, левой руки, плеча; повороты вправо, влево; движения по диагонали.
8. Построения и перестроения: в колонну по одному; в пары и обратно; из колонны в шеренгу; из колонны по два в колонну по четыре и обратно; круг; воротца; ручеек; цепочка.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (2 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: открытое занятие.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Где комар? (18 часов)

Теория (4 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (14 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

В лесу родилась елочка (18 часов)

Теория (4 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (14 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Дудочка и кувшинчик (18 часов)

Теория (4 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (14 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красны девицы, добры молодцы (18 часов)

Теория (4 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (14 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

В лесу родилась елочка (24 часа)

Теория (6 часов):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (18 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Дудочка и кувшинчик (24 часа)

Теория (6 часов):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (18 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красны девицы, добры молодцы (24 часа)

Теория (6 часов):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (18 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Второй год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Знакомство с группой. Расписание работы коллектива и правила поведения учащихся. Форма одежды и обуви. Внешний вид и правила этикета участников коллектива.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Изучение позиций ног классического танца (8 часов)

Теория (4 часа):

Позиция ног. Равновесие. Выворотные позиции ног.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (4 часа):

I позиция. II позиция. III позиция. IV позиция. V позиция.

Подробное описание в приложении 4.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 3 Изучение позиций рук классического танца (8 часов)

Теория (4 часа):

Три основные позиции рук. Подготовительное положение. Исходное положение. Равновесие. Четыре направления позиции рук.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (4 часа):

Подготовительное положение рук и группировка пальцев. I позиция рук. III позиция рук. II позиция рук.

Подробное описание в приложении 5.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Классический экзерсис у станка (44 часа)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и en dedans. Положение ноги surlecou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

- 1) Demi-plie по I, II, III, V позициям.
- 2) Grand-plie по I, II, III, V позициям.
- 3) Battement tendu по I позиции в сторону, вперед и назад.
- 4) Passe-parterre
- 5) Направления движения en dehors и en dedans.
- 6) Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement tendu из I и V позиций в сторону, вперед, назад.
- 9) Battement tendu из demi-plie в сторону, вперед, назад.
- 10) Releve на полупальцы по I, II, V позициям (по мере усвоения выполнения из demi-plie и в demi-plie).
- 11) Положение ноги surlecou-de-pied (обхватное, условное).
- 12) Battement fondu носком в пол в сторону, вперед, назад.
- 13) Перегибы корпуса назад и в сторону.
- 14) Releve на 45° в сторону, вперед, назад.
- 15) Grands battements из I и V позиций в сторону. Форма контроля: технический зачет.

Подробное описание методики выполнения упражнений в приложении 6.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Классический экзерсис на середине зала (34 часа)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и en dedans. Положение ноги surlecou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (30 часов):

- 1) Положения epaulement croise, efface.
- 2) I, II, III формы port de bras.

- 3) Demi plie и grand plie по I, II, III, IV, V позициям en face.
- 4) Battement tendu по I, V позиции.
- 5) Battement tendu jete из I, V позиции.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battement relevé на 45° и 90° во всех направлениях.
- 10) Grand battement во всех направлениях.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 6 Элементы русского народного танца (44 часа)

Теория (4 часа):

Основные элементы русского танца и особенности их исполнения.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

- 1) Раскрывание и закрывание рук. (Приглашение) Музыкальный размер 2/4, 4/4. (Раскрывание одной руки, двух рук, поочередное раскрывание рук, переводы рук в различные положения).
- 2) Притопы (одинарные, двойные, тройные).
- 3) Простой бытовой шаг (вперед с каблука, с носка).
- 4) Простой русский шаг (назад через полупальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад).
- 5) Боковой шаг (на всей стопе, на полупальцах по прямой позиции).
- 6) «Ковырялочка» (без подскоков, с подскоком) (приложение 7, рис. 6)
- 7) «Гармошка» (по прямой линии, в повороте).
- 8) «Елочка».
- 9) «Припадание» (в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции, в повороте по точкам по 3-й свободной или по 1-й прямой позициям).
- 10) Перескоки с ноги на ногу: подготовка к дробям.
- 11) Бег (на месте, с продвижением вперед на полупальцах, с продвижением назад на полупальцах).
- 12) Подскоки (на месте, с продвижением вперед, с продвижением на месте; в повороте вокруг себя).
- 13) «Ключ» (дробный – простой, дробный – сложный).
- 14) Выстукивания (с каблучками, с переступаниями).
- 15) «Моталочка» (приложение 7, рис. 7).
- 16) «Голубец» (приложение 7, рис. 8).
- 17) «Молоточки» (приложение 7, рис. 9).
- 18) Хлопки скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапога) (приложение 7, рис. 10)
- 19) Подготовка к присядке (подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям («мячик»), плавное и резкое опускание вниз по 1-й прямой и свободной позициям).
- 20) Присядка (полное приседание, полуприсядка с открыванием

ноги на ребро каблука, полуприсядка «разножка» в стороны, полуприсядка «разножка» вперед – назад) (приложение 7, рис. 11-14)

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: открытое занятие.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Во саду ли, в огороде (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Жили у бабуси (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Маша и медведь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ай да бусы (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Жили у бабуси (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Кто в лес, кто по дрова (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Рада снегу детвора (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Третий год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия второго года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Разучивание preparation у станка (2 часа)

Практика (2 часа): Разучивание и отработка выполнения preparation у станка. (приложение 8)

Форма контроля: технический зачет.

Тема 3 Классический экзерсис у станка (36 часов)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и endedans. Положение ноги surlecou-de-pied (обхватное, условное).

Практика (32 часа):

- 1) Demiplier и grandplier с portdebras по I, II, III, IV, V позициям.
- 2) Battement tandu по V позиции.
- 3) Battement tanduc demi plie по V позиции.
- 4) Battement tandudouble (с опусканием пятки на II позицию).
- 5) Battement tandujete из V позиции. Все упражнение выполняется на 2 такта двудольного размера.
- 6) Battement tandujeteripe. Музыкальный размер 2/4.
- 7) Rond de jambe par terre. Все упражнение выполняется на 1 такт без остановки – слитно.
- 8) Battementfondu на 45° во всех направлениях.
- 9) Battementfrappe носком в пол в сторону, вперед, назад. Все

упражнение выполняется на 4 такта.

- 10) Battement releve lent на 90°.
- 11) Battement developpe на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement из V позиции.
- 13) Pasdebourresimpleendehorsienendedans (с переменной ног) лицом к

станку.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 4 Классический экзерсис на середине зала (26 часов)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения endehors и endedans. Положение ноги surlesou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (22 часа):

- 1) Положения epaulementcroise, efface.
- 2) I, II, III формы portdebras.
- 3) Demipliesgrandplie по I, II, III, IV, V позициям en face.
- 4) Battement tandu по I, V позиции.
- 5) Battement tandujete из I, V позиции.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battementfondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battementfrappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battementrelevelent на 45° и 90° во всех направлениях.
- 10) Grandbattement во всех направлениях.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Разучивание прыжков (allegro) (18 часов)

Теория (4 часа):

Виды прыжков. Правила их исполнения.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Tempssoute по I, II, V позициям.
- 2) Chanjementdepied.
- 3) Paschape на II позицию.

Подробное описание в приложении 9.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Разучивание подготовки к движению в народном характере (4 часа)

Теория (2 часа):

Основные позиции рук как основа подготовки к движению в народном характере. Форма контроля: устный опрос.

Практика (2 часа):

Движение руки, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения (приложение 10).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Изучение позиций ног народного танца (4 часа)

Теория (2 часа):

Понятие «открытая позиция». Понятие «закрытая позиция».

Понятие «свободная позиция». Понятие «прямая позиция».

Форма контроля: устный опрос.

Практика (2 часа):

I, II, III, IV, V открытые позиции народно-сценического танца. Пять прямых позиций (Приложение 7, рис. 1). Пять свободных позиций (Приложение 7, рис. 2). Две закрытые позиции (Приложение 7, рис. 3)

Подробное описание в приложении 11

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Изучение позиций рук народного танца (4 часа)

Теория (2 часа):

Основные позиции рук как основа подготовки к движению в народном характере.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (2 часа):

Семь позиций рук (Приложение 7, рис. 4). Подготовительное положение рук. 2 положения рук: (Приложение 7, рис. 5).

Подробное описание в приложении 12.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Элементы русского народного танца (44 часа)

Теория (4 часа):

Основные правила выполнения элементов русского народного танца

Форма контроля: устный опрос.

Практика (40 часов):

1) Дроби: «дробная дорожка»; «дробь с подскоком»; тройные поочередные выстукивания; «дробь в три ножки» подряд и с переступаниями.

2) Припадания: по 3-й свободной позиции без подъема на полупальцы; по 3-й свободной позиции с подъемом на полупальцы; по 3-й свободной позиции с подъемом на полупальцы и двумя последующими ударами полупальцами.

3) «Веребочка»: простая (одинарная); с двойным ударом; простая с переступаниями на всю стопу или на ребро каблука.

4) «Моталочка»: на полупальцах; на всей стопе.

5) Подбивка «Голубец»: подряд; с переступаниями.

6) Подготовка к вращениям.

7) «Хлопушки»:

- одинарные хлопки и удары – фиксирующие:

1) в ладоши;

2) по бедру;

3) по голенищу;

- одинарные хлопки и удары – скользящие;

1) в ладоши;

2) по бедру – к себе и от себя;

3) по голенищу сапога – к себе и от себя;

- 4) удары по подошве сапога;
- двойные хлопки и удары – скользящие:
- 1) хлопок и удар по бедру;
- 2) два удара по бедру;
- 3) два удара по голенищу сапога;
- 4) хлопок и удар по голенищу сапога;
- тройные хлопки и удары – скользящие:
- 1) хлопок и два удара по бедру;
- 2) хлопок и два удара по голенищам сапог;
- 3) хлопок и два удара по одному голенищу сапога.
- 8) «Ключ»: дробный – простой с переступаниями; дробный – сложный с переступаниями; хлопучечный – простой.
- 9) Присядка: с открыванием ноги на ребро каблука; с открыванием ноги на воздух; «разножка» – в стороны; «разножка» – вперед – назад.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 10 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: открытое занятие.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Маша и медведь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ай да бусы (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Рада снегу детвора

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Дудочка и кувшинчик (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Дудочка и кувшинчик (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Кто в лес, кто по дрова (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Рада снегу детвора (24 часа)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (22 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Четвертый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (32 часа)

Теория (4 часа):

Упражнения с увеличением силовой нагрузки. Применение полупальцев в экзерсисе у станка и развитие устойчивости. Составление более сложных учебных приемов на координацию движений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (28 часов):

- 1) Demi plieи grand plieс port de bras.
- 2) Battement tandu.
- 3) Battement tanduc demi plie.
- 4) Battement tandu double.
- 5) Battement tandujete.
- 6) Battement tandujeteriqe.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement fondуна 45°.
- 9) Battement frappe на 45°.
- 10) Battement releve lent на 90°.
- 11) Battement developена 45° ина90°.
- 12) Grand battement.
- 13) Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (22 часа)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и en dedans. Положение ноги sur le cou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

- 1) Положения epaulement croise, efface.
- 2) I, II, III, IV формы port de bras.
- 3) Demi plie и grand plie по I, II, III, IV, V позиции en face и в позах.
- 4) Battement tandu по I, V позиции в позах.
- 5) Battement tandujete из I, V позиции в позах.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battement releve на 45° и 90° во всех направлениях.
- 10) Grand battement во всех направлениях.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (18 часов)

Теория (4 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и en dedans. Положение ноги sur le cou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Temps soule.
- 2) Changement de pied.
- 3) Pas echape.
- 4) Pas assemble.
- 5) Pas balance.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (30 часов)

Теория (4 часа):

Правила и особенности выполнения упражнений у станка в народном характере. Их отличия от выполнения классических упражнений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (26 часов):

- 1) Полуприседания и полные приседания
- 2) Скольжения ногой по полу.
- 3) Маленькие броски.
- 4) Круговые скольжения по полу.
- 5) Полуприседание на опорной ноге с поворотом колена работающей из закрытого положения в открытое.
- 6) Скольжение по ноге.
- 7) Развертывание работающей ноги с одновременным ударом каблуком опорой.
- 8) Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой.
- 9) Большие броски с падением на работающую ногу.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (36 часов)

Теория (4 часа):

Особенности русского танца. Специфика характера движений русского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (32 часа):

- 1) Поочередное открывание рук (приглашение)
- 2) Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е, и в 4-ю и в 5-ю позиции
- 3) Бытовой шаг с притопом
- 4) «Шаркающий шаг» (каблуком по полу, полупальцами по полу).
- 5) «Переменный шаг» (с притопом и продвижением вперед и назад, с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад).
- 6) «Девичий ход» с переступаниями.
- 7) Припадание (с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги, с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги).
- 8) Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.
- 9) «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
- 10) «Веребочка» (с двойным ударом полупальцами, простая с поочередными переступаниями, двойная с поочередными переступаниями).
- 11) Дроби.
- 12) Вращения.
- 13) Присядки (для мальчиков).
- 14) Хлопки и хлопучки (для мальчиков).
- 15) «Подсечка».

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Ай да бусы (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Речка-поперечка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Рада снегу детвора (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Полный вперед (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Кто в лес, кто по дрова (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Речка-поперечка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Пятый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (32 часа)

Теория (4 часа):

Упражнения с увеличением силовой нагрузки. Применение полупальцев в экзерсисе у станка и развитие устойчивости. Составление более сложных учебных приемов на координацию движений. Движения выполняются в позах.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (28 часов):

- 1) Demiplier и grandplier с portdebras.
- 2) Battementtandu.
- 3) Battement tanduc demi plie.
- 4) Battement tandu double.
- 5) Battement tandujete.
- 6) Battement tandujetepiqe.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement fonduna 45°.

- 9) Battement frappe на 45°.
- 10) Battement releve lent на 90°
- 11) Battement developpe на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement.
- 13) Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (22 часа)

Теория (4 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

- 1) Положения epaulementcroise, efface.
- 2) I, II, III, IV формы port de bras.
- 3) Demiplier и grandplier по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
- 4) Battement tendu по I, V позиции в позах.
- 5) Battement tendu jete из I, V позиции в позах.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battement releve на 45° и 90° во всех направлениях.
- 10) Grand battement во всех направлениях.
- 11) Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
- 12) Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
- 13) Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (18 часов)

Теория (4 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Tempssoute.
- 2) Changement de pied.
- 3) Pas chape.
- 4) Pas assemble.
- 5) Pas balance.
- 6) Entrechat quart.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (30 часов)

Теория (4 часа):

Правила и особенности выполнения упражнений у станка в народном характере. Их отличия от выполнения классических упражнений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (26 часов):

- 1) Приседания резкие и плавные по 1, 2 и 5-1 открытым позициям и 1-й прямой.

- 2) Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
- 3) Маленькие броски:
 - с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-1 открытой позиции вперед, в сторону, назад;
 - с одновременным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону, назад.
- 4) Круговые скольжения по полу:
 - носком с остановкой в сторону или назад;
 - ребром каблука с остановкой в сторону или назад.
- 5) Повороты стоп.
- 6) Подготовка к «веревочке».
- 7) «Веревочка».
- 8) Подготовка к чечетке.
- 9) «Веер».
- 10) Выстукивания.
- 11) Большие броски ногами.
- 12) Растяжка.
- 13) Наклоны и перегибания корпуса.
- 14) Маленькие «голубцы» лицом к станку.
- 15) Присядки.
- 16) «Мяч» лицом к станку.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (36 часов)

Теория (4 часа):

Особенности русского танца. Специфика характера движений русского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (32 часа):

- 1) Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
- 2) Переборы.
- 3) «Ключ» дробный сложный.
- 4) «Ключ» хлопучечный.
- 5) «Голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
- 6) «Веревочка» (простая и двойная с перетопами, простая и двойная с ковырялочкой).

- 1) Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами

Женский класс:

- 2) вращения на месте по 6 позиции;
- 3) вращения по диагонали: бегунок; блинчики; блинчики с подскоком; вращения на каблук и на всю стопу.

Мужской класс:

- 1) присядка с ковырялочкой;
- 2) «гусинный шаг»;
- 3) «ползунок вперед и в стороны на пол»;

- прыжки: с поджатыми перед грудью ногами, на месте и в продвижении; с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Ай да бусы (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Речка-поперечка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Полный вперед (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Речка-поперечка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Шестой год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (22 часа)

Теория (4 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

1. Demiplier и grandplier с portdebras.
2. Battementtandu.
3. Battement tanduc demi plie.

4. Battement tandu double.
5. Battement tandujete.
6. Battement tandujeteperiqe.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fonduna 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developена 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (12 часов)

Теория (4 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 1) Положения epaulementcroise, efface.
- 2) I, II, III, IV формы port de bras.
- 3) Demiplies и grandplies по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
- 4) Battement tandu по I, V позиции в позах.
- 5) Battement tandujete из I, V позиции в позах.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battement relevent на 45° и 90° во всех направлениях.
- 10) Grand battement во всех направлениях.
- 11) Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
- 12) Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
- 13) Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (12 часов)

Теория (4 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 1) Temps soule.
- 2) Chanjement de pied.
- 3) Pas echape.
- 4) Pas assemble.
- 5) Pas balance.
- 6) Entrechat quart.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (22 часа)

Теория (4 часа):

Правила и особенности выполнения упражнений у станка в народном

характере . Их отличия от выполнения классических упражнений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

- 1) Приседания резкие и плавные по 1, 2 и 5-1 открытым позициям и 1-й прямой.
- 2) Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
- 3) Маленькие броски:
 - с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-1 открытой позиции вперед, в сторону, назад; с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону, назад.
- 4) Круговые скольжения по полу:
 - носком с остановкой в сторону или назад;
 - ребром каблука с остановкой в сторону или назад.
- 5) Повороты стоп.
- 6) Подготовка к «веревочке».
- 7) «Веревочка».
- 8) Подготовка к чечетке.
- 9) «Веер».
- 10) Выстукивания.
- 11) Большие броски ногами.
- 12) Растяжка.
- 13) Наклоны и перегибания корпуса.
- 14) Маленькие «голубцы» лицом к станку.
- 15) Присядки.
- 16) «Мяч» лицом к станку.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (28 часов)

Теория (4 часа):

Особенности русского танца. Специфика характера движений русского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (24 часа):

- 1) Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
- 2) Переборы.
- 3) «Ключ» дробный сложный.
- 4) «Ключ» хлопучечный.
- 5) «Голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
- 6) «Веревочка» (простая и двойная с перетопами, простая и двойная с ковырялочкой).
- 7) Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами

Женский класс:

- 1) вращения на месте по 6 позиции;
- 2) вращения по диагонали;
- бегунок;

- блинчики;
- блинчики с подскоком;
- вращения на каблук и на всю стопу.

Мужской класс:

- 1) присядка с ковырялочкой;
- 2) «гусинный шаг»;
- 3) «ползунок вперед и в стороны на пол»;
- 4) прыжки: с поджатыми перед грудью ногами, на месте и в продвижении; с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Народно-сценический танец (24 часа)

Теория (4 часа):

Белорусский народный танец. Характер движений легкий и трамплинный.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

Элементы танца «Крыжачок»:

- 1) притопы одинарные;
- 2) подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции;
- 3) простые подскоки на месте и с продвижением;
- 4) поочередное выбрасывание ног на каблук вперед;
- 5) тройные притопы с поклоном.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Трюки, вращения (18 часов)

Теория (4 часа):

Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюковых элементов

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) вращения на месте по 5,6 позиции;
- 2) обертасы;
- 3) вращения с поджатыми ногами;
- 4) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Трюки для мужского класса:

- 1) Растяжка в воздухе.
- 2) Щучка.
- 3) В «кольцо» назад.
- 4) Присядка с выбросом.
- 5) Присядка «лягушка».
- 6) Ползунок.
- 7) Мячик.
- 8) Подсечка.
- 9) Полуприсядка с остановками в стороны на каблуки.
- 10) Опускание и переход с колена на колени.

- 11) Ножницы.
- 12) Собачка.
- 13) Склепка.
- 14) Кубарик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Лето красное (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Секиринская кадрили (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Полный вперед (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Секиринская кадриль (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Седьмой год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (22 часа)

Теория (4 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

1. Demiplier и grandplier с portdebras.

2. Battementtandu.
3. Battement tanduc demi plie.
4. Battement tandu double.
5. Battement tandujete.
6. Battement tandujeteperique.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fondна 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developрена 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (12 часов)

Теория (4 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 14) Положения epaulementcroise, efface.
- 15) I, II, III, IV формы port de bras.
- 16) Demiplier и grandplier по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
- 17) Battement tandu по I, V позиции в позах.
- 18) Battement tandujete из I, V позиции в позах.
- 19) Rond de jambe par terre.
- 20) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 21) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 22) Battement relevent на 45° и 90° во всех направлениях.
- 23) Grand battement во всех направлениях.
- 24) Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
- 25) Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
- 26) Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (12 часов)

Теория (4 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 1) Pas assemble en face.
- 2) Pas jete en face.
- 3) Sissonne ouverte.
- 4) Sissonne fermee.
- 5) Pas echangeantournant.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (22 часа)

Теория (4 часа):

Технически сложные комбинации в ускоренных темпах. Выразительность исполнения и донесения характера исполняемого танца. Элементы испанского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (18 часов):

- 1) Battementtendu в татарском характере.
- 2) Battementtendujete в молдавском характере.
- 3) Rond в восточном характере.
- 4) Веревоочка в русском характере.
- 5) Выстукивания в испанском характере.
- 6) Battement developer в венгерском характере.
- 7) GrandBattementjete в украинском характере.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (28 часов)

Теория (4 часа):

Упражнения в народном характере на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюков. Этюдные комбинации. Парные комбинации.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (24 часа):

Женский класс

бег с молоточками;

- 1) прыжки с притопом в поворотах;
- 2) ковырялочка с притопом в поворотах;
- 3) дроби в комбинациях с поворотами, моталочками, ключами, проходками, пробежками;
- 4) вращения на месте по 5,6 позиции;
- 5) обертасы;
- 6) вращения с поджатыми ногами;
- 7) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Мужской класс

- 1) голубцы;
- 2) хлопушки в комбинациях с ключом, с поворотом, с дробями;
- 3) присядки в комбинациях с хлопушками;
- 4) ползунок;
- 5) мячик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Народно-сценический танец (24 часа)

Теория (4 часа):

Украинский народный танец. Отличия в исполнении женских и мужских украинских танцев: женские – лиричны, наполнены поэтикой, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. Элементы украинского народного танца

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

- 1) простые поклоны на месте без рук и с руками (женские, мужские);
- 2) притоп;
- 3) «веревочка»;
- 4) «дрижкапроста» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом;
- 5) «выхилиястник» («ковырялочка»);
- 6) «бегунец»;
- 7) «голубец».

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Трюки, вращения (18 часов)

Теория (4 часа):

Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюковых элементов

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Растяжка в воздухе.
- 2) Щучка.
- 3) В «кольцо» назад.
- 4) Присядка с выбросом.
- 5) Присядка «лягушка».
- 6) Ползунок.
- 7) Мячик.
- 8) Подсечка.
- 9) Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.
- 10) Опускание и переход с колена на колено.
- 11) Ножницы.
- 12) Собачка.
- 13) Склепка.
- 14) Кубарик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Лето красное (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Секиринская кадриль (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Полный вперед (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Красноярские проходки (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Ярмарка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Секиринская кадрили (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Восьмой год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (22 часа)

Теория (2 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов. Больше времени уделяется на практическое исполнение.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

1. Demiplier и grandplier с portdebras.
2. Battementtandu.
3. Battement tanduc demi plie.
4. Battement tandu double.
5. Battement tandujete.
6. Battement tandujetepiqe.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fonduna 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developena 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (12 часов)

Теория (2 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

1. Положения ераulementcroise, efface.
2. I, II, III, IV формы port de bras.
3. Demiplies и grandplies по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
4. Battement tandu по I, V позиции в позах.
5. Battement tandujete из I, V позиции в позах.
6. Rond de jambe par terre.
7. Battement fondu на 45° во всех направлениях.
8. Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
9. Battement relevent на 45° и 90° во всех направлениях.
10. Grand battement во всех направлениях.
11. Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
12. Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
13. Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (12 часов)

Практика (12 часов):

- 1) Pas assemble en face.
- 2) Pas jete en face.
- 3) Sissonne ouverte.
- 4) Sissonne fermee.
- 5) Pas echappe tournant.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (22 часа)

Теория 2 часа):

Технически сложные комбинации в ускоренных темпах.
Выразительность исполнения и донесения характера исполняемого танца.
Элементы венгерского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

- 8) Battement tendu в татарском характере.
- 9) Battement tendu jete в молдавском характере.
- 10) Rond в восточном характере.
- 11) Веревоочка в русском характере.
- 12) Выстукивания в испанском характере.
- 13) Battement developpe в венгерском характере.
- 14) Grand Battement jete в украинском характере.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (28 часов)

Теория (2 часа):

Упражнения в народном характере на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюков. Этюдные комбинации. Парные комбинации.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (26 часа):

Женский класс:

- 1) бег с молоточками;
- 2) прыжки с притопом в поворотах;
- 3) ковырялочка с притопом в поворотах;
- 4) дроби в комбинациях с поворотами, моталочками, ключами, проходками, пробежками;
- 5) вращения на месте по 5,6 позиции;
- 6) обертасы;
- 7) вращения с поджатыми ногами;
- 8) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Мужской класс:

- 1) голубцы;
- 2) хлопушки в комбинациях с ключом, с поворотом, с дробями;
- 3) присядки в комбинациях с хлопушками;
- 4) ползунок;
- 5) мячик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Народно-сценический танец (24 часа)

Теория (2 часа):

Украинский народный танец. Отличия в исполнении женских и мужских украинских танцев: женские – лиричны, наполнены поэтикой, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. Элементы украинского народного танца

Форма контроля: устный опрос.

Практика (22 часа):

- 1) простые поклоны на месте без рук и с руками (женские, мужские);
- 2) притоп;
- 3) «веревочка»;
- 4) «дрижкапроста» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом;
- 5) «выхилиястник» («ковырялочка»);
- 6) «бегунец»;
- 7) «голубец».

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Трюки, вращения (18 часов)

Практика (18 часов):

1. Растяжка в воздухе.
2. Щучка.
3. В «кольцо» назад.
4. Присядка с выбросом.
5. Присядка «лягушка».
6. Ползунок.
7. Мячик.
8. Подсечка.

9. Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.
10. Опускание и переход с колена на колено.
11. Ножницы.
12. Собачка.
13. Склепка.
14. Кубарик;
15. Фланкировка.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

В русском стиле (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Калинка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Лето красное (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

В русском стиле (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Калинка (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Полный вперед (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Девятый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (22 часа)

Теория (2 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

1. Demiplies и grandplies с portdebras.
2. Battementtandu.
3. Battement tanduc demi plie.
4. Battement tandu double.
5. Battement tandujete.
6. Battement tandujetepiqe.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fondна 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developена 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (12 часов)

Теория (2 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

1. Положения epaulementcroise, efface.
2. I, II, III, IV формы port de bras.
3. Demiplies и grandplies по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
4. Battement tandu по I, V позиции в позах.
5. Battement tandujete из I, V позиции в позах.
6. Rond de jambe par terre.
7. Battement fondu на 45° во всех направлениях.
8. Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
9. Battement relevent на 45° и 90° во всех направлениях.
10. Grand battement во всех направлениях.
11. Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
12. Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
13. Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (12 часов)

Практика (12 часов):

- 1) Pas assemble en face.
- 2) Pas jete en face.
- 3) Sissonne ouverte.
- 4) Sissonne fermee.
- 5) Pas echangeant.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (22 часа)

Теория 2 часа:

Технически сложные комбинации в ускоренных темпах. Выразительность исполнения и донесения характера исполняемого танца. Элементы цыганского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

1. Battementtendu в татарском характере.
2. Battementtendujete в молдавском характере.
3. Rond в восточном характере.
4. Веревоочка в русском характере.
5. Выстукивания в испанском характере.
6. Battement developer в венгерском характере.
7. GrandBattementjete в украинском характере.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (28 часов)

Теория (2 часа):

Упражнения в народном характере на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюков. Этюдные комбинации. Парные комбинации.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (26 часа):

Женский класс:

- 1) бег с молоточками;
- 2) прыжки с притопом в поворотах;
- 3) ковырялочка с притопом в поворотах;
- 4) дробь в комбинациях с поворотами, моталочками, ключами, проходками, пробежками;
- 5) вращения на месте по 5,6 позиции;
- 6) обертасы;
- 7) вращения с поджатыми ногами;
- 8) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Мужской класс:

- 1) голубцы;
- 2) хлопушки в комбинациях с ключом, с поворотом, с дробями;
- 3) присядки в комбинациях с хлопушками;
- 4) ползунок;
- 5) мячик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Народно-сценический танец (24 часа)

Теория (2 часа):

Украинский народный танец. Отличия в исполнении женских и мужских украинских танцев: женские – лиричны, наполнены поэтикой, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. Элементы украинского народного танца

Форма контроля: устный опрос.

Практика (22 часа):

- 1) простые поклоны на месте без рук и с руками (женские, мужские);
- 2) притоп;
- 3) «веревочка»;
- 4) «дрижкапроста» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом;
- 5) «выхилиястник» («ковырялочка»);
- 6) «бегунец»;
- 7) «голубец».

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Трюки, вращения (18 часов)

Практика (18 часов):

1. Растяжка в воздухе.
2. Щучка.
3. В «кольцо» назад.
4. Присядка с выбросом.
5. Присядка «лягушка».
6. Ползунок.
7. Мячик.
8. Подсечка.
9. Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.
10. Опускание и переход с колена на колено.
11. Ножницы.
12. Собачка.
13. Склепка.
14. Кубарик.
15. Фланкировка.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

В русском стиле (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Играй, гармонь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

На солнечной поляночке (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

На солнечной поляночке (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Казачий пляс (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Играй, гармонь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Десятый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (22 часа)

Теория (2 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

1. Demiplier и grandplier с portdebras.
2. Battementtandu.
3. Battement tanduc demi plie.
4. Battement tandu double.
5. Battement tandujete.
6. Battement tandujetepiqe.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fonduna 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developena 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Классический экзерсис на середине зала (12 часов)

Теория (2 часа):

Максимальное использование пируэтов в различных упражнениях.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

1. Положения epaulementcroise, efface.
2. I, II, III, IV формы port de bras.
3. Demiplier и grandplier по I, II, III, IV, V позициям enface и в позах.
4. Battement tandu по I, V позиции в позах.

5. Battement tandujete из I, V позиции в позах.
6. Rond de jambe par terre.
7. Battement fondu на 45° во всех направлениях.
8. Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
9. Battement relevé на 45° и 90° во всех направлениях.
10. Grand battement во всех направлениях.
11. Пируэт endehors, endedans с V, II, IV позиций.
12. Пируэт endehors по диагонали и по прямой (от 4 до 8 поворотов).
13. Tourchaines по диагонали (от 4 до 8 поворотов).

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Прыжки (allegro) (12 часов)

Практика (12 часов):

- 1) Pas assemble en face.
- 2) Pas jete en face.
- 3) Sissonne ouverte.
- 4) Sissonne fermee.
- 5) Pas echappe tournant.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Упражнения у станка в народном характере (22 часа)

Теория 2 часа:

Технически сложные комбинации в ускоренных темпах. Выразительность исполнения и донесения характера исполняемого танца. Элементы казачьего танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (20 часов):

1. Battement tendu в татарском характере.
2. Battement tandujete в молдавском характере.
3. Rond в восточном характере.
4. Веребочка в русском характере.
5. Выстукивания в испанском характере.
6. Battement developer в венгерском характере.
7. Grand Battement jete в украинском характере.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Русский танец (28 часов)

Теория (2 часа):

Упражнения в народном характере на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюков. Этюдные комбинации. Парные комбинации.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (26 часа):

Женский класс:

- 1) бег с молоточками;
- 2) прыжки с притопом в поворотах;
- 3) ковырялочка с притопом в поворотах;
- 4) дробь в комбинациях с поворотами, моталочками, ключами,

проходками, пробежками;

5) вращения на месте по 5,6 позиции;

6) обертасы;

7) вращения с поджатыми ногами;

8) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Мужской класс:

1) голубцы;

2) хлопушки в комбинациях с ключом, с поворотом, с дробями;

3) присядки в комбинациях с хлопушками;

4) ползунок;

5) мячик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Народно-сценический танец (24 часа)

Теория (2 часа):

Украинский народный танец. Отличия в исполнении женских и мужских украинских танцев: женские – лиричны, наполнены поэтикой, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. Элементы украинского народного танца

Форма контроля: устный опрос.

Практика (22 часа):

1) простые поклоны на месте без рук и с руками (женские, мужские);

2) притоп;

3) «веревочка»;

4) «дрижкапроста» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом;

5) «вихилястник» («ковырялочка»);

6) «бегунец»;

7) «голубец».

Форма контроля: технический зачет.

Тема 8 Трюки, вращения (18 часов)

Практика (18 часов):

1. Растяжка в воздухе.

2. Щучка.

3. В «кольцо» назад.

4. Присядка с выбросом.

5. Присядка «лягушка».

6. Ползунок.

7. Мячик.

8. Подсечка.

9. Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.

10. Опускание и переход с колена на колени.

11. Ножницы.

12. Собачка.

13. Склепка.

14.Кубарик.

15.Фланкировка.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 9 Зачетное занятие (4 часа)

Практика (4 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Репетиционно-постановочная работа

Женский класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

В русском стиле (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Играй, гармонь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

На солнечной поляночке (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Мужской класс

Топотуха (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

На солнечной поляночке (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Казачий пляс (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

Играй, гармонь (18 часов)

Теория (2 часа):

Композиция танца. Рисунок танца. Расстановка.

Практика (16 часов):

Разучивание и отработка элементов танца: индивидуальной работа, этюды, сводные репетиции.

Форма контроля: конкурс, концерт.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения программы планируется получение следующих результатов:

Предметные результаты:

- знание теоретических основ классического танца;
- владение практическими основами классического танца;
- владение навыками основ народного танца и специальным танцевальным умениям и навыкам (выворотность, гибкость и эластичность суставно-двигательного аппарата, танцевальный шаг, прыжок, координация);
- приобретен опыт профессионального поведения на сцене, в том числе сформировано умение владеть приемами импровизации;

- сформирована правильная осанка, укреплен суставно-двигательный и связочный аппарат;
- владение техникой исполнительского мастерства в области народного танца;
- развиты природные танцевальные данные обучающихся и их физическую выносливость;
- сформировано умение осознанно применять знания методики исполнения танца.

Метапредметные результаты:

- выявленные и раскрытые индивидуальные возможности и творческие способности обучающихся средствами хореографии с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;
- развит сценический артистизм и эмоциональная раскрепощенность в танцевальной практике;
- сформирована устойчивая мотивация обучающихся к занятию народным хореографическим искусством;
- владение навыками сотрудничества и совместной деятельности с другими участниками коллектива;
- умение анализировать поступающую информацию, критически ее оценивать;
- умение ставить цели (при постановке цели сопоставлять их со своими потребностями и возможностями, оценивать пути их достижения);
- умение оценивать свои и чужие поступки с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, ориентироваться в окружающем мире, осознавая свою роль и предназначение, стремление к созидательной деятельности.

Личностные результаты:

- обучающимся привито бережное отношение к национальной культуре и традициям народного творчества;
- сформированы навыки коммуникативного межличностного общения, ответственности перед коллективом, умение находить компромисс;
- сформированы волевые качества, ответственность и дисциплинированность;
- развита культура общения и поведения в социуме и привиты нормы поведения в обществе;
- привиты навыки здорового образа жизни;
- развита мотивация к потребности в саморазвитии, самостоятельности, самоопределению и саморегуляции;
- сформированы такие качества как организованность, наблюдательность, выносливость;
- созданы условия для формирования общественной и гражданской позиции, обучающиеся принимают национальные ценности и традиции.

Результаты обучения не могут быть одинаковыми для всех обучающихся. Объективная причина этого – индивидуальные данные

обучающихся и их различная степень одаренности. Работа по программе направлена на достижение творческого результата, на раскрытие в обучающихся эмоциональности и выразительности и укрепления стойкой мотивации для продолжения творческой деятельности.

Результаты по годам обучения:

обучающийся 1 года обучения и последующих:

- воспроизводит заданный ритмический рисунок хлопками;
- ориентируется в пространстве;
- координирует свои движения;
- исполняет партерный экзерсис
- исполняет хореографический этюд в группе.

обучающийся 2 обучения и последующих:

- знает хореографические названия изученных элементов; освоил основы классического экзерсиса лицом к станку и на середине зала;
- контролирует собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполняет изученные элементы классического танца;
- освоил концертный репертуар 2-4 годов обучения.

обучающийся 5 года обучения и последующих:

- знает термины классического и народного танца;
- освоил классический экзерсис, держась одной рукой за станок;
- грамотно исполняет элементы классического и народного танца на середине зала;
- корректирует свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- уверенно и эмоционально выступает на сцене перед зрителями;
- умеет самостоятельно выучить танцевальную комбинацию;
- самостоятельно подготавливается к урокам, концертам (разогревает мышцы, растягивается);
- освоил концертный репертуар для 5-7 годов обучения.

обучающийся 8 года обучения и последующих:

- владеет высокой техникой исполнения;
- эмоционально и выразительно перевоплощается в танцевальные образы на сцене;
- владеет техническими навыками для исполнения трюков и вращений;
- проявляет заинтересованность, самостоятельность, ответственность за коллектив;
- выступает на концертных площадках района, города и края;
- участвует в фестивалях и конкурсах различного уровня.

Конечный результат обучения по программе – это результат непрерывной работы всех лет обучения хореографии. Основным результатом становится успешная концертная и конкурсная деятельность обучающихся.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№№	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации
1	1	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
2	2	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
3	3	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
4	4	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
5	5	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
6	6	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с	декабрь, май

							десятиминутным перерывом	
7	7	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
8	8	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
9	9	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май
10	10	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом	декабрь, май

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации данной программы предусмотрены определенные условия.

Материально-техническая база

- 1) Просторный зал, приспособленный для занятий хореографией, оборудованный станками и зеркалами,
- 2) Помещение для переодевания;
- 3) Костюмерная;
- 4) Гимнастические коврики.
- 5) Ноутбук, аудиоаппаратура, музыкальные инструменты: баян, фортепиано.

Информационное обеспечение

- 1) Учебно-методическая литература по классическому и народно-сценическому танцам;
- 2) Аудиодиски, фонотека, клавиры, партитуры;
- 3) Цифровые ресурсы сети «Интернет»;
- 4) Фотографии;

5) Книги, журналы, иллюстрации.

В программе используются разнообразные современные технические средства для улучшения качества образовательного процесса:

- электронная почта - связь педагога и обучающихся, используется для рассылки учебных заданий, дидактических материалов;
- видеоконференции, используя разные сервисы, представленные в сети «Интернет» - организация общей дискуссии на учебные темы, индивидуальные консультации с педагогом;
- образовательные платформы для дистанционного обучения: размещение учебных материалов, заданий, дидактических материалов;
- социальные сети (ВКонтакте и др.) - используются для координации работы, рассылки объявлений и методических (дидактических) материалов;
- видеохостинг (Rutube и др.);
- электронные библиотеки, поиск и размещение информации, в том числе на официальном сайте Центра www.cdt4.ru.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогами дополнительного образования (педагог мужского класса, педагог женского класса), имеющими образование – не ниже средне-профессионального, профильное или педагогическое. Для реализации программы необходим концертмейстер по классу фортепиано и по классу баяна.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В ходе реализации программы используются следующие виды аттестации:

1. текущий контроль – 1 раз в месяц;
2. промежуточная аттестация – в конце полугодия;
3. итоговая аттестация – по окончании курса обучения.

Формы аттестации:

1. Устные опрос
2. Технический зачет.
3. Зачетное занятие (в виде открытых занятий, показательных выступлений).
4. Отчетный концерт.
5. Конкуры и фестивали.

Программой предусмотрено мониторинговое исследование результатов образовательной деятельности (приложение 13), а также примерный тест для проверки знаний обучающихся навыков (приложение 14). Кроме того, отслеживается мотивационная составляющая психологического настроения обучающихся (приложение 15).

Для эффективного отслеживания результатов освоения программы разработаны соответствующие для каждого года обучения показатели:

Возрастная группа	Показатели мониторинга			Критерии
1 год обучения	Музыкальность, чувство ритма.	Двигательная координация.	Гибкость, растяжка, выворотность.	<p>Высокий уровень – выполняет все задания безошибочно, прекрасно ориентируется в пространстве, координирует свои движения музыкально, ритмично.</p> <p>Средний уровень – задания выполняет старательно, часто с ошибками, но есть понимание как их скорректировать.</p> <p>Низкий уровень – слабо ориентируется в пространстве, плохо координирует свои движения, не понимает своих ошибок и не может их корректировать.</p>
2 – 4 годы обучения	Гибкость, растяжка, выворотность.	Выработка осанки, усвоение позиций рук и ног, усвоение, владение мышечным аппаратом.	Исполнение элементов народного танца.	<p>Высокий уровень – выполняет все задания безошибочно, осознанно исполняет движения у станка, прекрасно контролирует свое исполнение</p> <p>Средний уровень – выполняет движения, подглядывая за другими, не всегда координирует свои движения под музыку, допускает ошибки.</p> <p>Низкий уровень – выполняет движения с ошибками, физические данные часто не позволяют делать движения по правилам, не контролирует мелкую и крупную моторику.</p>
5 – 7 годы обучения	Исполнение эхзерсиса у станка.	Исполнение танцевальных комбинаций	Образная выразительность, эмоциональность исполнения	<p>Высокий уровень – выполняет все задания безошибочно, осознанно исполняет движения у станка, прекрасно контролирует свое исполнение, эмоционально и артистично танцует</p> <p>Средний уровень – выполняет движения, подглядывая за другими, не всегда координирует свои движения под музыку, допускает ошибки.</p> <p>Низкий уровень – выполняет движения с ошибками, физические данные часто не позволяют делать движения по правилам, не контролирует мелкую и крупную моторику.</p>

8 – 10 годы обучения	Методика и техника выполнения движений у станка и на середине зала.	Техника вращения (для девочек), исполнения трюковых элементов (для мальчиков).	Техничное и выразительное сценическое исполнение	Высокий уровень – уверенно и эмоционально выполняет движения, технические сложные элементы, артистично и эмоционально выступает на сцене. Средний уровень – движения и техника выполняются на высоком уровне, но эмоциональное исполнение отсутствует Низкий уровень – характерно отсутствие техники в ногах, не освоены основные трюки, исполнение безэмоциональное и невыразительное.
----------------------	---	--	--	---

Формы фиксации результатов:

1. личные дневники обучающихся;
2. запись в журнале.

Результаты освоения программы оцениваются по пятибалльной системе:

- 5 - высокий уровень
- 4 - средний уровень
- 3-1 - низкий уровень.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Программа по народно-сценическому танцу «Сувенир» разработана на основе методических рекомендаций и разработок для детских хореографических коллективов.

Методическое обеспечение направлено на повышение качества обучения по программе и представляет собой пакет методических материалов, используемых в процессе обучения.

Перечень учебно-методических материалов и материально-технических средств к программе содержит:

- методические рекомендации
- методические указания
- методические пособия
- методические разработки
- диагностические материалы
- справочные материалы
- видеоматериалы открытых уроков и концертной программы.

Организация образовательного процесса осуществляется согласно индивидуальному учебному плану программы.

Особенности организации образовательного процесса:

Основная форма работы по программе – обучающие и развивающие практические занятия в группах. Также проводятся занятия в форме открытых занятий для родителей и контрольных (зачетных) занятий.

В программе используются инновационные методы, которые включают

в себя следующие компоненты: современные педагогические технологии развития лидерских способностей; педагогические аспекты творческой деятельности; методы развития межличностного общения в коллективе; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива; методы создания художественной среды средствами хореографии. Инновационный метод представляет собой применение комплексного способа разучивания танцевальных комбинаций на основе приема «от простого к сложному» для развития танцевальных способностей обучающихся.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но, в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы подачи материала и отработки умений и навыков сглаживаются: на одном и том же занятии может осуществляться изучение элементов классического танца с одновременным выполнением задач физического и музыкального развития и изучаются движения народно-сценического танца и т.п.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных тем.

Занятия начинаются с освоения элементов классического и народного танца в тех формах и с той технической сложностью, которая доступна участникам коллектива. На начальном этапе обучающиеся знакомятся с принятыми в хореографии позициями рук и ног, осваивают простейшие координации. В дальнейшем увеличивается мышечная нагрузка за счет усложнения лексического материала и технических приемов.

Для занятий хореографией применяется разработанный педагогами комплексный способ разучивания танцевальных элементов.

Данный способ включает:

- визуальный компонент (наглядная подача материала самим педагогом, знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, просмотр идеальных образцов танцевальной культуры);
- теоретический компонент (объяснение правил выполнения движений с учетом возрастных особенностей обучающихся);
- практический компонент (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти; на практических занятиях использую видеосъемку, для работы на следующем этапе);
- рефлексивный компонент (предполагает обращение к видеозаписи практических занятий для анализа и сравнения, что позволяет оценить достоинства и недостатки работы; также дается установка на домашнее задание, мысленный повтор разученных комбинаций).

Комплексный способ может быть использован в работе с обучающимися разных возрастных групп, разного типа восприятия (аудиалами, визуалами, кинестетами). Данный подход позволяет при меньших временных и физических затратах получить более высокие результаты. Все это помогает решению главной задачи: научить творить, мыслить, совершенствоваться.

Комплексный способ включает использование - информационных

технологии. Педагоги являются опытным пользователями ПК, работают с профессиональными видео и аудио-программами («SoundForge», «NeroStartSmart», «Pinnacle Studio 12») для создания наглядного методического материала для занятий: медиа-презентаций, видеофильмов, фонограмм, MD, DVD.

Программой предусмотрено использование следующих педагогических технологий:

1. Технология использования в обучении методов игры.

Учитывая психологию дошкольников и беря во внимание то, что ведущей деятельностью данного возраста является игра, некоторые занятия выстроены в форме танцевальных и музыкальных игр. Речь идет не только об использовании игры для разрядки и отдыха, а о том, чтобы сделать ее органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели. Настоящая программа содержит разработку занятия-сказки, как одну из нетрадиционных форм обучения. На примере такого занятия можно проследить, как традиционные упражнения партерной гимнастики приобретают одушевленные формы в виде животных, растений, явлений природы, предметов, что помогает их сделать понятнее для детского понимания, интереснее, а также развивает детское воображение и эмоциональность, закладывает истоки творчества.

2. Технология обучения в сотрудничестве.

Практика показывает, что вместе учиться не только легче и интереснее, но и значительно эффективнее. Причем важно, что эта эффективность касается не только академических успехов обучающихся, их интеллектуального развития, но и нравственного. Помочь другу, вместе решить любые проблемы, разделить радость успеха или горечь неудачи - также естественно, как смеяться, петь, радоваться жизни.

Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии может содержать индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. В первом случае обучающиеся разбиваются на группы в несколько человек (обязательно разных по уровню обученности, девочки и мальчики). Группам дается определенное задание, например, самостоятельно повторить разученные танцевальные элементы. Это чрезвычайно эффективная работа для усвоения нового материала каждым обучающимся. Разновидностью индивидуально-групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Члены команды помогают друг другу при выполнении своих индивидуальных заданий, проверяют, указывают на ошибки.

3. Технология проектного обучения.

Данная технология обязательно используется на занятиях по хореографии. Она заключается в самостоятельной творческой работе учащихся, заключающейся в умении составлять танцевальные комбинации, этюды и танцы на основе разученных движений. Творческое задание обучающиеся могут выполнять как в группах, так и индивидуально.

Проектная технология включает творческие, приключенческие, игровые и практико-ориентированные проекты.

В процессе проектного обучения формируются навыки композиции танца, разработки рисунка, умение музыкально компоновать и раскладывать движения.

На основании методического обеспечения программы разработаны планы-конспекты уроков, на которых использованы различные педагогические технологии (приложения 17, 18 и 19).

Репетиционно-постановочная работа проводится в соответствии с репертуарным планом ансамбля «Сувенир» (приложение 20).

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания обучающихся

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по ДООП «Сувенир» программе являются:

- усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций танцевальной культуры; информирование обучающихся, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения обучающихся к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в коллективе;
- приобретение обучающимися опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной хореографической группы, применение полученных знаний, организация активностей обучающихся, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания обучающихся, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение обучающимися понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;

- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;
- развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования обучающихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания обучающихся при реализации программы «Сувенир» является организация их взаимодействия в упражнениях в танце, в подготовке и проведении мероприятий с участием родителей (законных представителей), в подготовке к участию в конкурсах, публичных выступлениях.

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Иные формы воспитательной работы представлены в приложении 16.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает

определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Результаты, полученные в ходе оценочных процедур – опросов, интервью – используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная

1. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. - М.: «Астрель», 2004.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис пресс, Рольф, 1999.
3. Богданов Г.Ф. Самобытность русского танца: учебное пособие для вузов культуры и искусств / Г. Ф. Богданов; Московский гос. ун-т культуры и искусств. - [2. изд.]. - Москва: Изд-во МГУК, 2003 (Тип. Момент). - 221 с.
4. Богданов Г.Ф. Традиционная русская народная хореография: жанры, формы, композиции (от истоков до начала XX века): [учебное пособие для вузов по направлению подготовки 071500 "Народная художественная культура" (квалификация "бакалавр")] / Г. Ф. Богданов; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - Москва: МГУКИ, 2014. - 442 с.
5. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца. — М.: Всероссийское музыкальное общество, 1995 - С. 20-23.
6. Борзов А.А. Грамматика русского танца: теория и практика / Анатолий Борзов; [Рос. ун-т театр. искусства-ГИТИС]. - Москва: ГИТИС. Т. 1. - 2014. - 558 с.
7. Вашкевич, Н. Н. История хореографии всех веков и народов / Н.Н. Вашкевич. - М.: Лань, Планета музыки, 2009. - С. 88.
8. Заикин Н.И. Областные особенности русского народного танца: учеб, пособие / Н.И. Заикин, Н.А. Заикина; Орловский государственный институт искусств и культуры. - 4.1. - 1999. - 551с.
9. Климов А. А. Основы русского народного танца :учеб. для студентов вузов искусств и культуры / А. Климов. - [3-е изд.]. - Москва : Изд-во МГУКИ, 2004. - 318 с. Камаринский: лихая русская пляска / конс.: Т. А. Мартемьянов, В. Н. Семенович. - Репр. изд. - Иваново: Роцца Академии, 2013. - 34 с.
10. Матвеев В.Ф. Русский народный танец: теория и методика преподавания: учебное пособие: [12+] / В. Ф. Матвеев. - Изд. 2-е, стер. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2013. - 251 с.
11. Мурашко М.П. Русская пляска: учебное пособие / М. П. Мурашко ; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - Москва: Издательский дом МГУКИ, 2010. - С. 342.
12. Палилей А. В. Танец и методика его преподавания: русский народный танец [Текст] : учебное пособие : направление подготовки 51.03.02 "Народная художественная культура", Профиль подготовки "Руководство хореографическим любительским коллективом", Квалификация (степень) выпускника "бакалавр" / А. В. Палилей ; М-во культуры Российской Федерации, ФГБОУ ВО "Кемеровский гос. ин-т культуры", Ин-т хореографии, Каф. народного танца. - Кемерово : Кемеровский гос. ин-т культуры, 2016. - 99 с.

13. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов хореографов младших и средних классов. – Москва: «Галерея», 1999.

14. Терминологический словарь современного образования (гlossарий). Учителям, студентам, школьникам, родителям. – Красноярск: РИО КГПУ, 2001. - 100с.

Дополнительная

1. Базарова Н.П. Классический танец. - Ленинград: «Искусство», 1984.

2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения на середине зала. - М. «Владос», 2005.

3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М.: «Владос», 2005.

4. Иванникова Е.И. Народные танцы, 2007.

Методические рекомендации

1. Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей. Методическая разработка к программе по классическому танцу –1-ый год обучения. - Москва, 1983.

2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, Рольф, 1999.

3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения на середине зала. - М.: «Владос», 2005.

4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: «Владос», 2005.

5. Народно – сценический танец. Методические рекомендации и примерная программа для детских хореографических коллективов. - Барнаул, 1987.

6. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей. Издательский дом «Один из лучших». - Москва, 2008.

Методические пособия

1. Богаткова Л. «Хоровод друзей»

2. Буренина А. «Ритмическая мозаика»

3. Горшкова Е. В.«От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет»

4. Зацепина М.Б. «Музыкальное развитие детей»

5. Казанцева Л. «Крошки-ладошки»

6. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей»

7. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1,2
8. Коренева Т.Ф. «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста»
9. Ледяйкина Е.Г., Топникова Л.А.«Чудеса для малышей»
10. Лифиц И.В. – Ритмика: Учебное пособие
11. Луговская А. «Ритмические упражнения игры и пляски» часть 1 ,2
12. Науменко Т.И.«В веселом хороводе»
13. Немова Г.В., Малышева А.Н. «Праздники, игры и танцы для дошкольников»
14. Образцова Т. «Музыкальные игры для детей»
15. Пинаева Е.А. «Детские образные танцы»
16. Пуртова Т.В. , Беликова А.Н.«Учите детей танцевать»
17. Роот З. Я. «Танцевальный калейдоскоп» для детей 5-7 лет
18. Ротт З.Я «Танцы в начальной школе» 1,2 часть
19. Суворова Т. «Танцевальная ритмика» № 1,2,3,4,5
20. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика»
21. Федорова Г.«Танцы для мальчиков»
22. Чибрикова- А.Е. Луговская «Ритмика»

Литература, рекомендованная для обучающихся

1. Давлекамова С.А. Галина Уланова. Я не хотела танцевать. – М.: «АСТ-Пресс СКД», 2006.
2. Лиела М. Я хочу танцевать 100 лет. – М.: «АСТ-Пресс Книга», 2006.
3. Моисеев И. Гастроль длиною в жизнь. – Москва: «Согласие», 1998.
4. Терминологический словарь современного образования (гlossарий).
5. Филатов И.Г. Дорога к танцу. – Москва: «Планета», 1989.
6. Яковлева Ю. Азбука балета. – М.: «Новое литературное обозрение», 2006.
7. Захаров В. М. Поэтика русского танца / В. М. Захаров; Владимир Захаров. - Москва: [б. и.]. Т. 4: Народная художественная культура регионов России: обряды, песня, танец, костюм, промыслы. - 2009. - 423 с.

Используемые цифровые ресурсы

<http://www.horeograf.com>
<https://secret-terpsihor.com.ua>
https://ledyahcollege.ru/el_biblioteka/http://www.lisaharrisdance.com;
<http://www.ballet.classical.ru/>
<http://www.russianballet.ru/rus/info.htm>

<https://baletnik.nethouse.ru>
<http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
<http://shkolageo.ru/mpakar>
https://www.golddisk.ru/catalog/section_50_0.html

Модуль «СУВЕНИР-ДИСТАНТ»

Дистанционный модуль для занятий по хореографии «Сувенир-дистант» разработан на основе программы по народному танцу «Сувенир» и предполагает работу с обучающимися удаленно. Данный модуль направлен на развитие самостоятельности и самодисциплины при дистанционном обучении, на закрепление ранее полученных навыков и укрепления стойкой мотивации для продолжения творческой деятельности.

Актуальность

Необходимость и актуальность дистанционного формата работы заключается в закреплении и совершенствовании освоенных обучающимися навыков в течение учебного года в связи с невозможностью посещения занятий на период эпидемий гриппа, карантина, а также отрыва от обучения по разным причинам.

Цель модуля

Основной целью реализации модуля является развитие у обучающихся физических данных и совершенствование танцевальных навыков в условиях удаленного обучения, поддержание участников ансамбля в хорошей физической форме, а также профилактика малоподвижного образа жизни

Задачи модуля

1. получить теоретические знания по хореографии;
2. познакомить с образцами хореографического искусства через просмотр видео-концертов и спектаклей;
3. укрепить суставно-двигательного аппарата, развитие эластичности тела, стрейчинг, растяжка;
4. отработать технические элементы, танцевальные комбинации.

Срок реализации модуля: 12 дней.

Формы и режим занятий

Занятия проводятся три раза в неделю в соответствии с режимом занятий по дополнительной программе, учебно-тематическим планом и расписанием.

Модуль «Сувенир-дистант» включает в себя три вида онлайн-занятий:

- прямые трансляции (в социальной сети ВКонтакте);
- онлайн-конференции;
- кейс-занятия (через социальные сети ВКонтакте и др.).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Женский класс			
№	Темы занятий	Количество часов	Материалы
1	Образцы мировой хореографии. Концерты,	4	https://vk.com/k.suvenir

	спектакли, уроки.		
2	Партерная гимнастика	2	https://vk.com/k.suvenir
3	Растяжка	2	https://vk.com/k.suvenir
4	Элементы русского танца.	2	https://vk.com/k.suvenir
5	Хореографическая азбука в теории.	2	https://vk.com/k.suvenir
	Итого	12	
Мужской класс			
1	Образцы мировой хореографии. Концерты, спектакли, уроки.	4	https://vk.com/k.suvenir
2	Партерная гимнастика	2	https://vk.com/k.suvenir
3	Растяжка	2	https://vk.com/k.suvenir
4	Элементы русского танца.	2	https://vk.com/k.suvenir
5	Хореографическая азбука в теории.	2	https://vk.com/k.suvenir
	Итого	12	

Модуль «СУВЕНИР – ЛЕТО»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Тема	Группа 1	Группа 2	Всего часов
1.	Подготовка концертной программы открытия сезона. Постановка танцев.	4	4	8
2.	Партерная гимнастика. Растяжка.	10	10	20
3.	Силовая тренировка. Растяжка.	10	10	20
4.	Элементы русского танца. Трюки, вращения.	10	10	20
5.	Постановка русского танца. Трюки, вращения.	6	6	12
6.	Подготовка к итоговому концерту. Постановка концертной программы закрытия сезона.	6	6	12
7.	Итоговый концерт, закрытие сезона	2	2	4
	ИТОГО:	48	48	96

Для обучения сознательному управлению своими мышцами выполняются следующие упражнения:

1.1 Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела

Упражнение 1. Исходное положение – расслабиться лежа на спине. На счет раз-два-три-четыре надо вытянуть ноги и пальцы ног; напрячь все мышцы тела, затем на счет пять-шесть-семь-восемь полностью расслабиться.

Упражнение 2. Исходное положение – расслабиться лежа на спине. На счет раз-два при свободно лежащем корпусе, голове и руках, медленно вытягивая пальцы ног (невыворотнo), напрячь мышцы ног. На счет три-четыре поднять как можно выше носки вверх (сократить подъем, чуть отделить пятки от пола).

1.2 Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов

Упражнение 3. Исходное положение – стоя на коленях. Согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ноги. Медленно перебирая руками, взяться за колени, бедра при этом должны быть максимально выдвинуты вперед.

Упражнение 4. Исходное положение – сидя на полу, колени и стопы вытянуты. С абсолютно прямой спиной наклоняться вперед, к ногам.

Упражнение 5. «Качалка». Исходное положение – лежа на животе. Согнуть руки назад, дотянуться до согнутых ног и взяться за пальцы ног. Раскачиваться.

1.3 Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса

Упражнение 6. Исходное положение – лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной наружу (выворотнo). Медленно поднимать то одну, то другую или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в 1 позицию. Это упражнение также исправляет недостатки осанки.

Упражнение 7. Исходное положение – сесть на пол, вытянутые ноги раскрыть циркулем в стороны. На счет раз-два наклонить корпус вниз, стараться животом и грудью достать пол, руки вытянуты вперед. На счет три-четыре зафиксировать такое положение. Это упражнение также способствует выработке амплитуды балетного шага.

Упражнение 8. Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела ладонями вниз. На счет раз-два поднять одновременно корпус и вытянутые ноги (образовать угол). Руки для равновесия поднять и раскрыть в стороны. На три-четыре положение зафиксировать. На счет раз-два-три-четыре прийти в исходное положение.

1.4 Упражнения на улучшение гибкости позвоночника

Упражнение 9. Исходное положение – сидя, ноги согнуты, грудь прижата к бедрам, руками взяться за пятки. На счет раз-два-три-четыре попытаться выпрямить ноги, не отрывая туловища от ног; на счет пять-шесть-семь-восемь вернуться в исходное положение.

Упражнение 10. Исходное положение – лечь на пол, на живот,

разведенные ноги согнуть, руками взяться за стопы. На счет раз-два-три-четыре попытаться выпрямить ноги, приподнимая верхнюю часть туловища; на счет пять-шесть-семь-восемь вернуться в исходное положение.

1.5 Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

Упражнение 11. Исходное положение – лечь на спину, ноги вытянуты, повернуты внутренней стороной наружу (выворотно, 1 позиция), руки раскрыты в стороны и положены на уровень предплечий. На счет раз-два одну ногу, сгибая в колене, подтянуть как можно выше к плечу (другая вытянута выворотно), согнутая нога скользит пальцами по вытянутой ноге, ноге отрываясь от пола. На счет три-четыре зафиксировать это положение. Колено стараться положить на пол, пальцы ног вытянуть. На счет раз-два медленно выпрямить ногу и вернуть в исходное положение. Ногу поднимать как можно выше. То же самое проделать другой ногой.

Упражнение 12. Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги выворотно, руки положить вдоль тела ладонями вниз. На счет раз выбросить правую ногу вверх на 90°, сильно вытянув пальцы ног и колено. Другая нога, вытянутая и выворотная, лежит на полу неподвижно. На счет два медленно опустить ногу в исходное положение. Выполнить правой, затем левой ногой. То же самое в стороны.

Упражнение 13. Исходное положение – лечь на спину. На счет раз согнуть правую ногу, взявшись руками за голень; на счет два выпрямить ногу с помощью рук; на счет три – как на счет раз; на счет четыре вернуться в исходное положение. То же другой ногой.

1.6 Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Упражнение 14. Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет раз носки на себя; на счет два вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола.

Упражнение 15. Исходное положение – сидя на полу, ноги вместе, стопы очень вытянуты, спина прямая, немного прогнута. Выпрямить колени так, чтобы коснуться ими пола, при этом пятки отрывать от пола как можно дальше, носками стараться дотянуться до пола.

1.7 Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага

Упражнение 16. Исходное положение – расслабиться лежа на спине. На счет раз-два при свободно лежащем корпусе, медленно, вытягивая пальцы ног, напрячь только мышцы ног. На счет три-четыре, напрягая и сокращая ягодичные мышцы, повернуть бедра, голени и стопы внутренней стороной наружу так, чтобы пятки подошвенной стороной коснулись друг друга, а мизинцы – пола. Поворот в тазобедренном суставе производится мышцами, которые, сокращаясь, растягиваются.

Упражнение 17. Исходное положение – расслабиться лежа на спине или сидя. На счет раз-два, вытянув ноги, развернуть их внутренней стороной наружу (выворотно), а пятками (подошвенной стороной) прикоснуться друг к другу, мизинцы должны коснуться пола (мышцы напрягаются). На счет три-

четыре сократить подъем ног так, чтобы пятки коснулись друг друга и вместе с подошвами и носками образовали прямую линию, а мизинцы коснулись пола, то есть должна получиться 1 позиция. Ноги в коленях выпрямлены. Ощутить сокращение мышц, а затем расслабить мышцы.

Упражнение 18. Исходное положение – сесть на пол, согнув ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить пальцы ног руками. На счет раз-два-три-четыре медленно наклониться вниз; распрямляя ноги, прижаться головой к ногам, сохраняя первую позицию ног. На счет пять-шесть- семь-восемь вернуться в исходное положение.

Упражнение 19. Исходное положение – лечь на живот. Бедра отвести, колени согнуты, стопы касаются друг друга подошвенной частью. Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу.

Упражнение 20. Исходное положение – сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью. На счет раз-два-три, опираясь руками на колени, опустить их как можно ниже к полу; на счет четыре вернуться в исходное положение.

Упражнение 21. Исходное положение – лежа на спине. Согнуть левую ногу в колене, бедро прижать руками к груди. При этом нужно следить, чтобы другое бедро удерживалось на полу, выпрямляя ногу в колене. Следить за тем, чтобы таз не смещался, и правая нога оставалась вытянутой. То же с другой ноги.

Упражнение 22. Исходное положение – лежа на спине, руки разведены в стороны. Поднять вытянутую ногу и отвести ее в сторону, удерживая таз на полу. То же с другой ноги.

Упражнение 23. «Шпагат». Если мышцы паха уже хорошо растянуты, сесть на «шпагат». Ноги должны быть прямые, стопа спереди вытянута, а сзади «утюгом» (сокращенная). Противоположное передней ноге плечо отведено вперед.

Изучение позиций ног классического танца

Позиции ног являются ни чем иным, как точной пропорцией, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение, когда тело находится в состоянии покоя или в движении. Во всех случаях должно сохраняться равновесие.

Существует пять выворотных позиций ног. Это основные положения, из которых выполняются движения и развиваются элементы классического танца. Последовательность изучения позиций – I, II, III, V; с IV как с самой трудной учащиеся знакомятся в последнюю очередь.

I позиция. Ступни ног соединены пятками и развернуты носками в стороны по одной прямой линии.

II позиция. Ступни ног сохраняют прямую линию, но пятки отстают друг от друга на расстоянии ступни.

III позиция. Ступни ног стоят выворотной одна перед другой, так что пятка одной ноги плотно примыкает к середине ступни другой ноги.

IV позиция. Ступни ног, сохраняя выворотное положение, стоят параллельно одна против другой на расстоянии длины ступни, и носок одной ноги находится против пятки другой.

V позиция. Ступни ног, сохраняя выворотное положение, стоят одна перед другой и плотно примыкают друг к другу, так что носок одной ноги соприкасается с пяткой другой ноги.

Изучение позиций рук классического танца

Освоение позиций рук на основе точно отработанной системы движения помогает удерживать равновесие тела при выполнении упражнений, совершенствует координацию движений и способствует выработке у учащихся профессионального исполнительского апломба.

Существуют три основные позиции рук, подготовительное положение и исходное положение.

Позиции рук исходят из четырех направлений:

- подготовительное положение рук – руки опущены вниз;
- первая позиция – руки направлены вперед;
- вторая позиция – руки направлены в стороны;
- третья позиция – руки направлены вверх.

В исходном положении руки опущены вниз по линии бедер и находятся на небольшом расстоянии от корпуса.

Обычно изучение позиций рук начинают на середине зала.

Вначале рекомендуется изучать подготовительное положение рук и группировку пальцев,

затем I и III позиции. К изучению II позиции как более сложной лучше приступать после разучивания I и III позиций.

Подготовительное положение. Руки свободно опущены вдоль туловища, голова удерживается прямо en face, взгляд устремлен вперед, шея не напряжена, плечи развернуты, лопатки опущены. Постепенно локти чуть закруглить и отвести от корпуса, одновременно кисти, закругляясь, поворачиваются ладонями вверх. При этом особое внимание следует уделить постановке кисти и правильной группировке пальцев. Кисть находится в закругленном положении, большой палец может слегка соприкасаться со средним, остальные менее закруглены, незначительно отделены.

При отработке подготовительного положения рук необходимо следить за тем, чтобы руки не прикасались локтями к корпусу и не отводились бы слишком далеко вперед. После усвоения подготовительного положения рук можно перейти к изучению I позиции.

Методика выполнения I позиции рук. Руки из свободного положения принимают подготовительное положение. Далее руки, сохраняя овальную форму подготовительного положения, поднимаются вперед до уровня диафрагмы. Руки во время движения как бы поддерживаются в двух точках – локтях и кистях, при этом необходимо следить, чтобы локти и кисть, сохраняя овальную форму, находились на одном уровне.

Методика постановки рук в III позиции. Корпус сохраняет принятую во время работы осанку. Не теряя отработанной овальной формы I позиции, руки поднимаются вверх, образуя как бы овал над головой. Необходимо при этом обращать внимание на то, чтобы плечевые мышцы не напрягались, и не создавалось впечатления поднятых плеч. Руки, фиксируя III позицию, не должны быть слишком за или перед головой. Руки подняты так, чтобы, не поднимая головы, взглядом можно было увидеть только мизинцы, если же

видны все пальцы, руки следует еще чуть отвести назад.

Методика постановки рук во II позиции. Корпус сохраняет подтянутое положение. Из свободного положения руки поднимаются в стороны до уровня плеч, кисти повернуты ладонями вниз, затем одновременно с постепенным закруглением локтей и запястий кисти поворачиваются ладонями вперед, пальцы сохраняют отработанную группировку. Руки, разведенные в стороны, во II позиции находятся впереди корпуса несколько ниже линии плеч.

После отработки построения II позиции из свободного положения можно выполнять II позицию из I. При этом руки из I позиции начинают движение также с легкого разведения кистей и дальнейшего раскрытия рук до II позиции.

Приложение 6

Классический экзерсис у станка

EXERCISE («упражнение»)

Так называется первая часть урока танца – упражнения у станка и на середине зала. Выбатывает профессиональные качества, необходимые для выполнения танцевальной техники; выворотность, силу мышц ног, правильную постановку корпуса, рук, головы, устойчивости, координации движений.

Учащимся второго года обучения рекомендуется заниматься лицом к станку и изучать простейшие элементарные движения на основе классического танца.

16) **Demiplié** по I, II, III, V позициям. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение занимает 4 такта.

17) **Grandplié** по I, II, III, V позициям. Музыкальный размер 4/4. (Вначале исполняется на 4 такта: 2 такта – приседание, 2 такта – выпрямление ног. Затем на 2 такта.)

18) **Battementtandu** по I позиции в сторону, вперед и назад. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется лицом к станку на 4 такта.

19) **Passeparterre** (проведение ноги вперед – назад через I позицию, по мере усвоения через demiplié в I позиции.) Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 2 такта.

20) Понятие направлений движения **endehors** и **endedans**.

21) **Demi rond de jambe par terreendehorsien dedans**. Музыкальный размер 4/4. Характер музыкального сопровождения плавный. Все упражнение выполняется на 4 такта

22) **Rondejambeparterre**. Музыкальный размер 4/4. Движение исполняется на 4 такта.

23) **Battementtendujete** из I и V позиций в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4. Характер музыкального сопровождения четкий и отрывистый. Вначале все упражнение исполняется на 4 такта

24) **Battementtendujete** из **demiplies** сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4. Все упражнение исполняется на 4 такта.

25) **Releve на полупальцы** по I, II, V позициям (по мере усвоения выполнения из demiplié и в demiplié). Музыкальный размер 2/4. Все упражнение исполняется на 4 такта, далее – на 2 такта, 1 такт и затем на каждую четверть.

26) Положение ноги **surlecou-de-pied** (обхватное, условное). Обхватное – разучивается из открытого положения ноги; условное – из V позиции спереди или сзади, или из открытого положения ноги. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 4 такта.

27) **Battementfondu** носком в пол в сторону, вперед, назад. Первоначально рекомендуется разучивать из V позиции без preparation. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение выполняется на 4 такта.

28) **Перегибы корпуса** назад и в сторону. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 2 такта; музыкальный размер 3/4. (Вначале

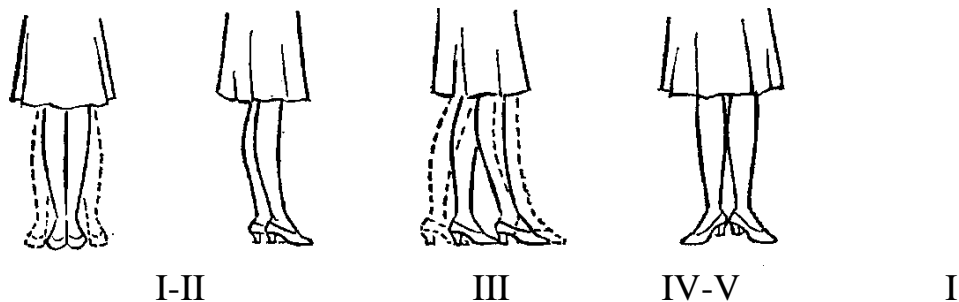
выполняется на 8 тактов, далее на 4 такта.)

29) **Relevelent на 45°** в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение выполняется на 4 такта.

30) **Grandsbattements** из I и V позиций в сторону. Музыкальное сопровождение должно подчеркивать энергичный характер движения. Музыкальный размер 4/4. Вначале упражнение выполняется на 2 такта:

1 такт – бросок работающей ноги с последующей остановкой носком в пол; 1 такт – приведение работающей ноги в позицию и выдерживание позиции. Далее движение выполняется на 1 такт. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$

Примеры движений



I-II

III

IV-V

I

Рис. 1 Прямые позиции ног

Рис. 2 Свободная позиция ног



III

4-я

5-я

6-я

7-я

Рис. 3 Закрытая позиция ног

Рис. 4 Позиции рук

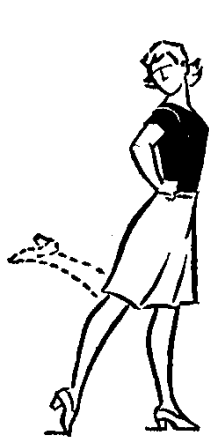
Положения рук



Рис. 4 Подготовительное

1-е

2-е



а



б



с

Рис. 6 «Моталочка»

Рис. 7 «Голубец»



а



б



а



в

Рис. 8 «Молоточки»

Рис. 9 Удары по голенищу



а



б



а



б

Рис. 11 Глубокое приседание



Рис. 81 Глубокое приседание



Рис. 82 Полуприсядка с открыванием ноги на ребро каблука



Рис. 13 «Полуприсядка вперед – назад» Рис. 14 «Полуприсядка «разножка» в стороны»

Разучивание preparation у станка

На третий год обучения экзерсис у станка рекомендуется выполнять, держась за палку одной рукой. Изучение позиций рук у станка начинается с preparation.

Preparation – это подготовка к упражнению, при исполнении которого рука из подготовительного положения поднимается в I позицию и далее открывается во

II. При этом необходимо отработать принятое положение головы с рукой в I позиции и во II.

Preparation является необходимой подготовкой к каждому упражнению, и нужно сразу следить за его точным и правильным выполнением.

Правила выполнения preparation у станка.

Встать у станка, держась одной (левой) рукой за палку. Ноги находятся в заданной позиции. Корпус подтянут. Работающая (правая) рука находится в подготовительном положении. Голова с чуть приподнятым подбородком повернута от станка (к правому плечу).

Правая работающая рука медленным и плавным движением поднимается из подготовительного положения в I позицию. Голова одновременно слегка наклоняется к станку (к левому плечу), и взгляд как бы встречает движение кисти руки, далее, когда рука раскрывается во II позицию, голова, чуть поднимаясь, поворачивается направо, сопровождая взглядом движение руки.

При возвращении руки из II позиции в подготовительное положение голова несколько наклоняется вниз, и взгляд сопровождает движение руки. При завершении движения руки в подготовительном положении, голова опять принимает исходное положение, т.е. голова с чуть приподнятым подбородком повернута от станка к правому плечу.

Разучивание прыжков (*allegro*)

Прежде чем приступить к изучению прыжков, рекомендуется вводить в учебный процесс трамплинные прыжки, которые можно исполнять без точного соблюдения позиций. Музыкальный размер 2/4; прыжки исполняются на каждую четверть.

Изучение программных прыжков рекомендуется начинать у станка, стоя лицом к палке, и далее переносить на середину зала.

1) Tempssoute по I, II, V позициям.

Музыкальный размер – 4/4. Упражнение выполняется на 4 такта.

2) Chanjementdepied.

Музыкальная раскладка такая же, как и в tempssoute. Музыкальный размер 4/4. Первоначально все упражнение выполняется на 4 такта, затем – на 2 и далее в законченной форме – на каждую четверть.

3) Pasechape на II позицию.

Музыкальный размер 4/4 Упражнение выполняется на 4 такта.

Разучивание подготовки к движению в народном характере.

Подготовка к началу движения заключается в движении руки, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения.

Музыкальный размер 2/4. Все движение занимает 2 такта.

Исходное положение: одна рука на станке, другая – в подготовительном положении. Голова повернута от станка.

Первый такт

Первая четверть – рука из подготовительного положения, округляясь в локте, поднимается перед корпусом, чуть ниже 1-й позиции. Затем открывается от кисти до локтя в сторону, в 1-е положение; кисть находится на уровне талии. Голова слегка наклоняется вперед и поворачивается в сторону открытой руки;

взгляд направлен на кисть.

Вторая четверть – пауза.

Второй такт

Первая четверть – рука сгибается в локте и, описав небольшой полукруг к 1-й позиции, закрывается в 4-ю. Взгляд следует за движением кисти. Голова при этом слегка наклоняется и в момент окончания движения руки поворачивается от станка и поднимается.

Вторая четверть – пауза.

При выполнении подготовки к началу движения плечо как при открывании руки в 1-е положение, так и при закрывании ее в 4-ю позицию остается неподвижным.

Приложение 11

- 1) Пять открытых позиций:
I, II, III, IV, V открытые позиции народно-сценического танца аналогичны пяти позициям классического танца.
 - 2) Пять прямых позиций: (Приложение 7, рис. 1)
 - 1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;
 - 2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга; 3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины другой ноги;
 - 4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;
 - 5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом, каблук одной ноги соприкасается с носком другой.
 - 3) Пять свободных позиций: (Приложение 7, рис. 2)
 - во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.
 - 4) Две закрытые позиции: (Приложение 7, рис. 3)
 - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;
 - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга
- Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно

Позиции рук

1) Семь позиций: (Приложение 7, рис. 4)

1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны I, II и III позициям рук классического танца.

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии, большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди; плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу; пальцы собраны вместе, лежат сверху плеча одноименной руки чуть выше локтя.

6-я – обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны; указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию; запястье одной руки лежит на запястье другой.

2) Положения рук: (Приложение 7, рис. 5)

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты к корпусу.

1-ое положение – обе руки согнуты в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-ой позицией, кисти находятся на уровне талии, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-ое положение – обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 2-ой и 3-ей позициями, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Мониторинговое исследование результатов

Дифференцированный подход к обучающимся с разным уровнем возрастного развития в процессе обучения и воспитания, а также учет их индивидуальных психологических особенностей может дать значительный педагогический эффект.

Для овладения искусством танца нужно обладать определенными способностями. В конце первого и второго полугодия проводится проверка профессиональных физических данных учащихся, таких как:

- выворотность ног,
- состояние стоп (в том числе подъема),
- танцевальный шаг,
- гибкость тела,
- прыжок;
- координация движений

Выворотность ног

Выворотность ног – это способность развернуть ноги (бедро, голени и стопы), в положении *en dehors* (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. При определении выворотности ног следует обратить внимание:

1. на строение тазобедренного сустава – на степень податливости ног, т.е. на способность всей ноги (бедро, голени и стопы) занять выворотное положение;
2. на возможность развития выворотности ног, исходя из наличия активной и пассивной выворотности ног;
3. на чрезмерное переразгибание в коленных суставах (резко выраженное X-образные ноги), что иногда обуславливается слабостью связочно-мышечного аппарата и отрицательно сказывается на занятиях хореографией.

Сочетание природной и выработанной на занятиях выворотности ног с легким шагом превращает танец в поистине пленительное зрелище. Выворотность ног позволяет совершенствовать технику, помогает вырабатывать такое качество как артистизм.

Выворотность ног зависит от двух важных факторов. Во-первых, от строения тазобедренного сустава. Во-вторых, от строения ног будущего танцовщика.

Состояние стоп (в том числе подъема)

Тесты для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра.

ТЕСТ1: Лежа на животе (подбородок касается пола) согнуть ногу и с помощью рук постараться коснуться пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не

должно отрываться от поверхности пола.

ТЕСТ2: Сидя на полу, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.

ТЕСТ3: Сидя на полу, согнуть ноги в коленях, соприкасаясь ступнями так, чтобы колени касались пола.

Подъем стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Стопа является опорой

тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, способствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжке. Подъем стопы – это ее изгиб вместе с пальцами. Форма подъема зависит от строения стопы и эластичности ее связок. Различают три формы подъема стопы: высокий, средний и маленький.

Тесты для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

ТЕСТ1: Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью опоры и голенью составляет 45°-55°.

ТЕСТ2: Встать лицом к станку и опереться руками. Отставить выпрямленную ногу как можно дальше назад, не отрывая пятку от пола. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять 50°-60°.

ТЕСТ3: Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Танцевальный шаг

Высота балетного шага определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед, назад. После проверки величины пассивного шага, произведенной с посторонней помощью, проверяется активный шаг – это способность поднять ногу самостоятельно. Критерием в данном случае служит высота, на которую испытуемый может поднять ноги: для мальчиков норма не ниже 90°, для девочек – выше 90°. Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Тесты для определения растяжки и оценки танцевального шага.

ТЕСТ1: Стоя у палки поднять одну ногу в сторону в «шпагат». Опорная нога должна быть выворотной, обе ноги натянуты.

ТЕСТ2: Стоя лицом к палке кидать выворотную и выпрямленную ногу назад.

ТЕСТ3: Стоя лицом к палке положить одну ногу на нее выворотной, опорная

нога выворотная и выпрямленная, спина прямая. Съезжать ногой по палке, при этом надо бедра держать на одной линии с телом.

Гибкость тела

Гибкость тела – это одно из главных профессиональных требований к обучающимся. Она показатель пластичности тела артиста, придает танцу выразительность, способствуя тем самым созданию сценического образа.

Гибкость тела определяется величиной прогиба испытываемого вперед и назад. Гибкость корпуса зависит от гибкости позвоночного столба. Степень же подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Тесты для оценки гибкости позвоночника.

ТЕСТ1: Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед,

опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.

ТЕСТ2: Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 см друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.

ТЕСТ3: Лежа на животе с закрепленными стопами, прогнуться, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 см.

Прыжок

Прыжок придает танцу необходимые для него качества: легкость, воздушность, полетность и поэтому является его важной составной частью. Проверяется высота прыжка. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Обращается внимание на эластичность ахиллового сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. Для прыжка важно умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы.

Координация движений

Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: двигательную, мышечную, нервную.

Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия различных поз, осанки и т.п. В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге, и других движениях). Двигательная координация – это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку.

При обучении танцу необходимо знать к какому типу высшей нервной деятельности относится психика того или иного обучающегося.

Существует четыре типа высшей нервной деятельности человека:

4. темперамент сангвиника – сильный, уравновешенный, подвижный;
5. темперамент холерика – сильный, неуравновешенный, подвижный;

6. темперамент флегматика - сильный, уравновешенный, инертный;

7. темперамент меланхолика – слабый, уравновешенный, инертный.

Наиболее подходящий для занятий танцем из четырех типов темпераментов принято считать сангвиников и холериков. Флегматики требуют особых, индивидуальных занятий.

Тест для проверки знаний обучающихся 5 года обучения

Фамилия и имя _____

1. Перечислите известные Вам позиции ног.

2. Перечислите известные Вам позиции рук

3. В чем различие выполнения ГРАНД ПЛИЕ по первой позиции и по второй?

4. Подчеркните верный вариант названия движения:

БАТТМАН ТАНДЮ ПЛИЕ
БАТТМАН ФОНДЮ ЖЕТЕ
БАТТМАН ТАНДЮ ЖЕТЕ

5. Перечислите какие виды КЛЮЧА Вы знаете.

6. Закончите названия движений:

РОНД ДЕ
ДЕМИ
ГРАНД БАТТМАН

7. Переведите с французского языка название «ФРАППЕ».

8. Чем отличается положение ноги на ПАССЕ от положения на КУ ДЕ ПЬЕ?

9. Подчеркните верный ответ. РЕЛЕВЕ – это:
поворот на полупальцах
подъем на полупальцы
подъем работающей ноги на 90°

10. Порассуждайте и напишите свое мнение по вопросу какое движение у станка.....

Самое легкое и почему?

Самое сложное и почему?

Самое нужное для того, чтобы хорошо танцевать и почему?

Дата _____

ОЦЕНКА

Анкета для определения мотивации обучения

Дата _____

Фамилия и имя _____

1. Для чего ты занимаешься хореографией?

2. Расставь пункты от 1 до 5, начиная с самого главного. Что на, твой взгляд, важнее для танцора:

- выворотность ног
- гибкость тела
- координация движений
- балетный шаг
- эмоциональное исполнение

3. Что тебе больше всего нравится на уроках хореографии?

- 1) упражнения на растяжку
- 2) танцевальные комбинации на середине зала
- 3) упражнения у станка
- 4) свой вариант ответа

4. Что у тебя лучше всего получается на занятиях?

5. Что у тебя не получается на занятиях? Над чем нужно

дополнительно позаниматься?

6. Как на твой взгляд, важен ли экзерсис у станка на уроках хореографии? Если да, то почему?

7. Если бы ты был(а) преподавателем танцев, чего бы ты добивался(ась) от своих обучающихся в первую очередь.

Спасибо за откровенность!

Воспитательная работа

Дополнительное образование выступает как единство обучения и воспитания: обучение в учреждениях дополнительного образования становится своеобразным средством воспитания.

Досуговая деятельность необходима для детского коллектива. При любом виде досуга обучающиеся неизменно испытывают состояние раскрепощенности. Отдых как одна из форм досуга снимает усталость, напряжение, восстанавливает физические и духовные силы ребенка. Закономерно повышенное доверие ребенка к организатору такого отдыха, его готовность в воспитании ценностей, представленных ему.

Воспитание опирается на эмоционально образное восприятие действительности и формирование эмоционального опыта в отличие от рационально-логического в обучении. Развлечение как досуговая деятельность имеет компенсационный характер, возмещающая зачастую однообразный труд или учебу.

Воспитательная работа в ансамбле «Сувенир» начинается на самых ранних этапах обучения. Всю работу можно разбить на несколько разделов.

Формирование отношения ребенка к занятиям, его поведение в учреждении и на уроках.

Закладываются нормы поведения, прилежание обучающихся, их дисциплина, их отношение к педагогу, занятиям, концертам. Большое значение имеет внешний вид ребенка, его форма, его прическа. Из всего вышеперечисленного складывается «лицо» коллектива. Педагог воспитывает у обучающихся привычки осознанного отношения к своему внешнему виду и поведению.

Установление межличностных связей между обучающимися в группе, между педагогом и обучающимися.

Дружные ребята, здоровая психологическая и эмоциональная атмосфера – залог успешной работы коллектива. Обучающиеся находятся в тесном коллективе, где очень важна взаимопомощь, взаимовыручка. От педагога во многом зависит формирование поведения обучающихся в коллективе. Здесь можно говорить о воспитании толерантности по отношению друг к другу. Каждый ребенок должен также чувствовать от педагога теплое и заботливое отношение, видеть заинтересованность педагога в своей работе и в себе лично. Педагог в свою очередь будет видеть и чувствовать отдачу от любимого коллектива.

Проведение массовых мероприятий учебного характера.

Регулярно в ансамбле проводятся открытые уроки для родителей, зачетные уроки, показательные занятия в рамках семинаров. Ансамбль активно выступает на площадках района, города. Неоднократный участник конкурсов и фестивалей на городском, краевом уровне. Этот этап очень важен для педагога и обучающихся, так как здесь показывается результат совместной работы.

Проведение массовых мероприятий развивающего характера.

Ансамбль живет интересной жизнью вне своих учебных занятий. Проводятся праздники в стенах Центра и за его пределами. Помимо традиционных чаепитий, к каждому празднику совместными усилиями педагогов и родителей составляются сценарии концертных выступлений, тематических вечеров. Обучающиеся также активно принимают участие в подготовке и организации праздников. Коллектив регулярно посещает спектакли и концерты различных театральных площадок города.

Работа с родителями.

В данную работу включаются родительские собрания, беседы. Каждый родитель интересуется успехами своего ребенка. Педагог обязан показать свою заинтересованность каждым из обучающихся. Важно взаимопонимание между родителями и педагогами. Педагог пытается через родителей сформировать у обучающихся трепетное отношение к занятиям, объясняет родителям, что во многом от их поведения зависит то, как ребенок относится к своему внешнему виду и посещению занятий. Поддержка со стороны родителей – одна из центральных составляющих успешной работы ансамбля «Сувенир».

План-конспект занятия для группы 1 года обучения

Перед началом занятия педагог проводит беседу с родителями об одежде обучающихся, о гигиене, о причёске, о дисциплине.

Вводная часть занятия.

Обучающиеся приглашаются в зал. Становятся вдоль станков. Далее происходит знакомство обучающихся с педагогом и концертмейстером. Разучивается поклон. Педагог обходит ребят, знакомится с ними, объясняет правила поведения в зале хореографии, проводит беседу о танце.

Подготовительная часть занятия.

Обучающиеся маршируют вдоль станков бытовым, а затем танцевальным шагом в различных темпах: в ритме марша, в ритме вальса, в ритме польки, меняя темп и включая паузы. Маршировка выполняется по диагонали из углов зала. Исполняются боковые приставные шаги, подскоки, бег.

Музыкально-ритмическая часть занятия.

Обучающиеся рассаживаются на гимнастические коврики по кругу. Слушают музыку и определяют ее характер, темп и размер. Воспроизводят мелодию хлопками в ладоши, движениями головы. Обучающиеся стоят в кругу и воспроизводят музыкальный ритм и темп притопами и хлопками. Движения выполняются поочередно каждым обучающимся, либо всеми вместе.

Основная часть занятия.

Обучающиеся рассаживаются на гимнастические коврики по периметру зала в линии по 4 человека. Педагог объясняет правила положения головы, корпуса и ног. Знакомит с таким понятием как выворотность. Показывает положение натянутой и сокращенной стопы, вытянутого и согнутого колена.

Далее обучающиеся выполняют движения на гимнастическом коврике. Движения могут выполняться как отдельно друг от друга, так и в связках, этюдах. Занятие строится в форме сказки (стр. 13).

Заключительная часть занятия.

Педагог говорит о том, что занятие закончено. Делается поклон. Педагог высказывает свои замечания и пожелания.

План-конспект занятия в нетрадиционной форме

Сказка о царевне Шахерезаде

(Звучит восточная музыка, вступление к первому эпизоду сказки (упражнению). Во время звучания текста дети принимают исходное положение.

РАССКАЗЧИК: В некотором царстве, в некотором государстве, за пятью морями, за пятью лесами, жила-была распрекрасная Шахерезада. Каждое утро она просыпалась у себя во дворце и радовалась первым солнечным лучикам.

Упражнение 1.*Исходное положение* – сесть на пол, держать спинку ровно.

Медленно, имитируя потягивания, руки поднимать вверх. Позвоночник предельно вытянуть, при этом плечи не поднимать.

РАССКАЗЧИК: Затем она садилась перед зеркалом и наряжалась в драгоценные наряды из золота и бриллиантов. Украшала пальчики колечками, одевала браслеты. Любовалась своими великолепными украшениями.

Упражнение 2.*Исходное положение* – «поза Лотоса». Руки над головой ладонями прижаты друг к другу.

Делать всевозможные движения кистями, руками в восточной манере.

Любовать браслетами и колечками то на правой руке, то на левой.

Наклоняться к ногам, держа руки над головой.

РАССКАЗЧИК: Потом красавица Шахерезада украшала свои ножки браслетами и цепями. Надевала хрустальные туфельки.

Упражнение 3.*Исходное положение* – сесть на пол, руки над головой.

Выполняются наклоны к прямым ногам с прямой спиной. Имитируется украшение ног браслетами, одевание туфелек.

РАССКАЗЧИК: Нарядившись, Шахерезада разглядывала себя в зеркале и любовалась своей красотой.

Упражнение 4.*Исходное положение* – лечь на пол.

Выполняются подъемы ног на 90° поочередно и вместе. Можно добавить работу стоп. Разведение ног в сторону, перекаты на лопатки.

РАССКАЗЧИК: Шахерезада выходила в прекрасный мандариновый сад и гуляла по тропинкам до самого вечера.

Упражнение 5. *Исходное положение* – сесть на полу, упереть руками в пол сзади. Работают стопы: сокращать, натягивать. Добавлять работу головы: вправо, влево, вперед, назад.

Сказка про друзей

РАССКАЗЧИК: В одном волшебном озере жили-были веселые подружки: улиточки и лягушки. Как-то в одно прекрасное утро решили

улиточки прогуляться по берегу.

Упражнение 6.*Исходное положение* – лечь на живот, ладонями упереть
в

пол.

Выполняется прогиб назад, упираясь руками в пол и выпрямляя локти.

Бедра и живот удерживаются на полу. Нужно очень хорошо прогнуться, стараясь коснуться макушкой ягодиц. Имитировать веселых улиток, которые выползают из своих раковин.

РАССКАЗЧИК: К улиткам на полянку припрыгали подружки-лягушки.

Упражнение 7.*Исходное положение* – лежа на животе.

Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, стараться коснуться ногами головы.

РАССКАЗЧИК: Решили улиточки и лягушки навестить своего старого приятеля цыпленка. Но чтобы до него добраться, им нужно было преодолеть много препятствий на своем пути. Переплыть огромное озеро, пробраться через дремучий лес и зеленое болото. Итак, они решились на это опасное путешествие. Чтобы преодолеть широкое озеро придумали они построить лодочку.

Упражнение 8.*Исходное положение* – лежа на животе, ноги вытянуты, руки впереди сомкнуты ладонями друг к другу.

Одновременно поднимать от пола вверх руки и ноги. Имитировать лодку.

РАССКАЗЧИК: Плывут они по озеру, как вдруг поднялся ветер, волны стали раскачивать лодку.

Упражнение 9. В таком положении раскачиваться.

РАССКАЗЧИК: Лодочка не выдержала и перевернулась. Плюхнулись лягушки и улитки в воду и стали вплавь возвращаться на берег, благо отплыть далеко не успели.

Упражнение 10. В таком же положении выполнять мелкие движения хорошо вытянутыми руками и ногами, имитируя плавание.

РАССКАЗЧИК: После первой неудачной попытки переплыть озеро решили подружки соорудить кораблик понадежнее. Приделали паруса.

Упражнение 11. Исходное положение – лечь на живот, разведенные ноги согнуть, взяться руками за стопы.

Поднимать ноги руками, стараться ноги выпрямить, приподнимая верхнюю часть туловища. Раскачиваться, имитируя кораблик на волнах.

РАССКАЗЧИК: Благополучно переплыв озеро, вышли подружки на берег и увидели перед собой дремучий лес.

Упражнение 12.*Исходное положение* – стоя на коленях.

Имитируя деревья, раскачиваемые ветром, наклоняться с прямой спиной назад, и возвращать корпус обратно. Поднять руки вверх и прогибаться назад, стараясь руками коснуться пола.

РАССКАЗЧИК: Пробрались сквозь огромные деревья улиточки и лягушки. И вновь перед ними препятствие – зеленое вязкое болото. Не растерялись наши друзья и построили мостик через него.

Упражнение 13. Из того же положения прогнуться, руки опустить на пол и встать на мостик. Усложнить: подняться с колен, выставляя на пол поочередно стопы; сделать мостик из положения стоя.

РАССКАЗЧИК: И вот болото преодолено. Перед ними оказалось три дороги: прямо, направо и налево. (Дорогами в данном случае называются «шпагаты»).

Упражнение 14. Выполнять «шпагаты» на правую ногу, на левую, поперечный «шпагат».

РАССКАЗЧИК: Наконец–то, они увидели домик цыпленка. Цыпленок радостный выбежал встречать лягушек и улиточек.

Упражнение 15. *Исходное положение* – лечь на живот. Бедра отвести, колени согнуты, стопы касаются друг друга подошвенной частью.

Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу. Вот и сказочки конец, а кто слушал – молодец.

План-конспект занятия мужского класса

Занятие начинается с поклона- приветствия педагога и концертмейстера.

Подготовительная часть занятия

- - маршировка по кругу
- - ходьба на полупальцах, на пятках, с чередованием
- - на внутреннем, на внешнем ребре стопы
- - бег с вытянутыми ногами, с высокими коленями

Основная часть занятия

Экзерсис у станка:

- Battementtendu в татарском характере.
- Battementtendujete в молдавском характере.
- Rond в восточном характере.
- Веребочка в русском характере.
- Выстукивания в испанском характере.
- Battement developer в венгерском характере.
- GrandBattementjete в украинском характере.

Упражнения на середине зала в народном характере

- голубцы;
- хлопушки в комбинациях с ключом, с поворотом, с дробями;
- присядки в комбинациях с хлопушками;
- ползунок;
- мячик.

Трюки

- Растяжка в воздухе.
- Щучка.
- В «кольцо» назад.
- Присядка с выбросом, присядка «лягушка».
- Ползунок, мячик.
- Подсечка.
- Полуприсядка с остановками в стороны на каблуки.
- Опускание и переход с колена на колено.
- Ножницы.
- Собачка.
- Склепка.
- Кубарик.

Заключительная часть занятия

Занятие заканчивается поклоном.

Концертный репертуар ансамбля «Сувенир»

1. «Сибирская мозаика», танцевальная композиция (3 мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняет средняя возрастная группа в количестве 14 человек)
 2. «Сувенир», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняет 4 возрастные группы в количестве 28 человек)
 3. «Чья баранка?», танцевальная миниатюра (3 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняют девочки младшей группы в количестве 12 человек)
 4. «У нас нонче субботея!», танцевальная композиция (3 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняет младшая группа ансамбля в количестве 20 человек)
 5. «Во саду ли в огороде», танцевальная картинка (3 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняет дошкольная группа ансамбля в количестве 8 человек)
 6. «Жили у бабуси!», танцевальная картинка (3 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняют младшая и дошкольная группа ансамбля в количестве 34 человека)
 7. «Лесная тайна», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняет старшая группа девочек ансамбля в количестве 13 человек)
 8. «Выкаблуки», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизина Е.Е. (исполняет старшая группа девочек ансамбля в количестве 6 человек)
 9. «В русском стиле», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняют старшие группы ансамбля, в количестве 12 человек)
 10. «Красноярские проходки», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизина Е.Е. (участвуют 4 группы ансамбля в количестве 26 человек).
 11. «Полный вперед!», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняет мужской состав ансамбля в количестве 24 человека)
 12. «Кто в лес, кто по дрова», танцевальная сценка (3 мин.), постановка Мизин В.Н., исполняют младшие и средние мальчики (20 человек).
 13. «Калинка», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняют старшие группы девочек и мальчиков, в количестве 24 человека)
 14. «Белорусская полька», танцевальная композиция (5 ми.), постановка Мизина Е.Е., исполняют старшие девочки, 18 человек)
- Кроме того, регулярно осуществляется обновление репертуара ансамбля. К основному репертуару за последние годы были добавлены новые постановки, такие как:
- «Маша и медведь», танцевальная сценка (4 мин.), постановка Мизина Е.Е., исполняют младшие девочки (20 человек)

«Секиринская кадрили», танцевальная композиция (3мин.), постановка Мизина Е.Е., исполняет группа солистов в количестве 12 человек.

«Топотуха», танцевальная композиция (5мин.), постановка З. Толбеев, исполняет старший концертный состав ансамбля в количестве 20 человек).

«Лето красное», танцевальная композиция (5мин.), постановка Милованов В.Ю. (исполняет старшая группа девочек в количестве 21 человек)

«Рада снегу детвора», танцевальная композиция (5 мин.), постановка Сладных А.В., (исполняют 4 младшие группы в количестве 60 человек)

«Сибирские бусинки», танцевальная композиция (5мин.), постановка Мизина Е.Е., (исполняют младшие группы ансамбля в количестве 32 человека)

«Однажды в курятнике» (3мин.) постановка Пересторонина О.Н. (исполняет старшая группа девочек в количестве 16 человек, и 2 старших парня)

«Ярмарка» (5 мин.) постановка Милованов В.Ю. (исполняют средние группы в количестве 40 человек)

«В лесу родилась елочка», (3 мин.) постановка Мизина Е.Е., исполняют младшая группа в количестве 17 человек.

«Казачий пляс», танцевальная композиция (5мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняют средняя и старшая группы мальчиков в количестве 24 человека).

«На небесах» (3 мин.) постановка Мизина Е.Е. (исполняют подготовительные группы в количестве 34 человек)

«Дудочка и кувшинчик», (4 мин.) постановка Мизина Е.Е., исполняют младшая группа в количестве 30 человек.

«Речка-поперечка», танцевальная композиция (5мин.), постановка Мизин В.Н. (исполняют средние группы 30 человека).

«На солнечной поляночке», солдатская пляска (4 мин.), постановка Мизин В.Н., (исполняют старшие группы в количестве 20 человек);

«Хуторская пляска», (4 мин.), постановка Круглый А., (исполняют старшие группы в количестве 20 человек);

«Где комар?», (3 мин.), постановка Бельская Л.А., (исполняют младшие группы в количестве 18 человек);

«Красны девицы, добры молодцы», (3 мин.), постановка Пересторонина О.Н., (исполняют младшие группы в количестве 25 человек);

«Сувенирные картинки», (5 мин.), постановка Милованов В.Ю., (исполняют средние группы в количестве 40 человек);

«Задорные каблучки», (4 мин.), постановка Мизина Е.Е., (исполняют младшие группы в количестве 20 человек);

«Женихи», (5 мин.), постановка Мизин В.Н., (исполняют старшие группы в количестве 6 человек).