

**Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«Казанская детская школа искусств»**



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАУ ДО «КДШИ»  
Е.А. Бессонова  
« 30 » августа 2018 года

ПРИНЯТО  
Решение педагогического совета  
№ 8 от « 30 » августа 2018 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**Возраст обучающихся: 6-9 лет**

**Срок реализации программы:  
3 года обучения**

Педагог:  
Курбонова Наталия Александровна

Отделение:  
хореография

2018 год

**Направленность: общеразвивающая**  
**Возраст обучающихся – 6 -10лет**  
**Срок реализации программы –3 г**  
**паспорт программы**

Название программы	<b>ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ХОРЕОГРАФИИ</b>
Направленность образовательной деятельности	<b>общеразвивающая</b>
Цель программы	<b>Целью программы</b> являются следующие составляющие: планомерное раскрытие творческих способностей детей; создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации; постановка хореографических композиций в учебных целях.
Тип программы	Модифицированная
Вид программы	Профильная
Продолжительность обучения	3 года
Возраст учащихся	6-9 лет
Форма проведения занятий	Групповая, индивидуальная
Режим занятий	3-4 раза в неделю, 1 урок 40 мин.
Форма организации итоговых занятий	Контрольный урок, концертное выступление
Количество детей в группах	От 7 до 12 человек в соответствии с возрастом детей
Форма детского объединения	Хореографическая группа

### **Пояснительная записка**

**Направленность программы.** Образовательная программа направлена на обучение обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Данная программа предназначена для обучающихся на хореографическом отделении детской школы искусств и рассчитана на детей 6-9-летнего возраста. Срок реализации программы – 3года.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, Композиция постановки танца, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными направлениями. Такой

подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Целью программы** являются следующие составляющие:

- планомерное раскрытие творческих способностей детей;
- создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации;
- постановка хореографических композиций в учебных целях.

Помимо названного, цели программы сочетаются с основными идеями системы дополнительного образования детей, которые мотивируют включение в процесс обучения интегрированных дисциплин. Развитие мотивации детей к познанию и творчеству через интегрированные технологии включает в себя:

- изучение основ музыкальной грамоты;
- актерское мастерство;
- элементы гимнастики;

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

**1. Обучающие задачи** заключаются в том, чтобы:

- дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец;

**2. Воспитательные задачи** направлены на то, чтобы:

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
- способствовать формированию творческой личности.

**3. Развивающие задачи** подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- координации;
- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости;
- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;

**Механизмы и сроки реализации программы.**

Срок реализации – 3 года (**3 год обучения**)

**Возраст обучающихся:**

1 год обучения – 6-7 лет

2 год обучения - 7-8 лет

3 год обучения - 9-10 лет

Учащемуся хореографического отделения школы искусств необходим самый высокий уровень прочности опорно-двигательного аппарата, его костно-суставной и мышечной систем. Эти системы обеспечивают связь отдельных частей тела между собой. Если двигательный аппарат окажется недостаточно подготовлен, тело будет стесненным в движении, негибким, маловыразительным.

Используемый музыкальный материал (произведения популярной инструментальной и симфонической музыки) подбирается с учетом возрастных особенностей детей.

**Форма и режим занятий**

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные).

Программа также включает разные виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;

Формы проведения занятий:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с воспитанником по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Количественный состав – от 6 чел.

Продолжительность одного занятия - 40 мин. с 10 минутным перерывом после каждого занятия.

#### **Механизм выявления результатов реализации программы.**

**Текущий контроль** регулярно (в рамках расписания) осуществляется преподавателем.

**Промежуточная аттестация** определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом году обучения.

**Итоговая аттестация** проводится в конце каждого учебного года согласно Положения о порядке и формах проведения аттестации.

**В основе** текущего и промежуточного контроля лежит **пятибальная система оценки успеваемости**.

**Показатели успеваемости** по программе в целом складываются по итоговым отметкам аттестации

**Итоговый отчет результативности** освоения программы проводится ежегодно в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме образовательные программы, переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, показавшие стабильно высокие результаты обучения, могут быть переведены по решению педагогического совета школы на программу предпрофессионального обучения.

**Учебный план**

Срок обучения 3 года

№ п/п	Наименование предметов	Количество часов в неделю		
		I	II	III
1.	Ритмика.	1	1	-
2.	Танец.	1	1	
3.	Гимнастика.	1	2	
4.	Классический танец.	-	-	2
5.	Народный танец.	-	-	2
6.	Композиция постановки танца.	-	-	2
	<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>6</b>

**Учебно-тематические планы по предметам  
и содержание программы.**

**1 год обучения**

**Учебно-тематический план по предмету « Гимнастика. Ритмика. Танец»**

**Режим занятий – 3 часа в неделю (по 40 мин.)**

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	<b>ГИМНАСТИКА</b>			34
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			
1.	Основные задачи гимнастики	1		
<b>II.</b>	<b>Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).</b>			
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		3	
	Упражнения, развивающие подъем стопы.		2	
	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		3	
	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		2	
	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		2	
	Упражнения, развивающие выворотность ног.		3	
	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.		2	
<b>III.</b>	<b>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)</b>			
	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.		3	
	Упражнения для развития плечевого сустава		4	

	и рук.			
	Упражнения на развитие поясничного пояса.		4	
	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.		3	
	<b>РИТМИКА</b>			34
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			
	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стакатто.	1		
	Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.	1		
<b>II.</b>	<b>Музыкально-ритмические игры.</b>			
	Упражнения, игры и метр		7	
	Упражнения, игры и фразировка.		7	
	Упражнения, игры и темп.		7	
	Упражнения, игры и динамика.		6	
	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.		5	
	<b>ТАНЕЦ</b>			34
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			
	Понятия «мелодия», «поза», «движение».	1		
<b>II.</b>	<b>Ориентационно-пространственные упражнения .</b>			
	Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»).		17	
<b>III.</b>	<b>Танцевальные элементы.</b>			
	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки		8	
	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.		2	
	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.		8	
	<b>Всего часов</b>			102

### Содержание по предмету «Гимнастика. Ритмика. Танец».

#### Гимнастика

##### I. Теория дисциплины

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания; выработка навыков высокой культуры движений.

##### II. Элементы партерной гимнастики.

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

- «День — ночь»
- «Змейка»
- «Рыбка»

## 2. Упражнения, развивающие подъем стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые движения стопой;

## 3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

- «лодочка»;
- «складочка»;
- «колечко»;

## 4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

- «ступеньки»;
- «ножницы»;

## 4. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:

- «Неваляшка»
- «Passe' с разворотом колена»

## 5. Упражнения развивающие выворотность ног:

- «Звездочка»
- «Лягушка»

## 6. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:

- «Боковая растяжка»
- «Растяжка с наклоном вперед»
- «Часы»

### **III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов**

#### 1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.

#### 2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперед на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперед–вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

#### 3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперед.

#### 4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания;

- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;

- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

## **РИТМИКА**

### **I. Теория дисциплины**

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

### **II. Музыкально-ритмические игры.**

- Упражнения, игры и метр:
- Сильные доли и такт:  
Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).
- Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:  
Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.
- 2. Упражнения, игры и фразировка.
- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- 3. Упражнения, игры и темп.
- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы:
- Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки:
- Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением:
- Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе:
- 4. Упражнения, игры и динамика.
- Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:
- Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:
- 5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.
- Соотношение характеров музыки и движения:

## **ТАНЕЦ**

### **I. Теория дисциплины.**

1. Понятия «мелодия», «поза», «движение».

### **II. Ориентационно-пространственные упражнения.**

1. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);
2. Изучение одноплановых рисунков и фигур:
  - линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная;
  - объёмных - круг; «цепочка»;
3. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:



из линейных в линейные:

- из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальная;
- из колонны горизонтальная в шеренгу горизонтальную.

из объемных в объёмные:

- сужение и расширение круга;
  - из круга в «цепочку»;
- из объёмных в линейные и наоборот:

- из круга в горизонтальную шеренгу;
- из круга в горизонтальную колонну;
- из горизонтальной шеренги в круг;
- из колонны горизонтальной в «цепочку»;

### III. Танцевальные элементы.

1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:

- танцевальный шаг с носка;
- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах
- легкий бег с поджатыми ногами;
- прыжки с вытянутыми ногами;
- прыжки с поджатыми ногами;
- подскоки на месте и с продвижением.

2. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

3. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства:

- 1) «Ширма»,
- 2) «Птичий двор».

## 2 год обучения

### Учебно-тематический план по предмету « Гимнастика. Ритмика. Танец»

Режим занятий – 4 часа в неделю (по 40 мин.)

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	<b>ГИМНАСТИКА</b>			68
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			
	Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.	1		
<b>II.</b>	<b>Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).</b>			
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		5	
	Упражнения, развивающие подъем стопы.		5	
	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		6	
	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		5	
	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		5	
	Упражнения, развивающие выворотность ног.		6	
	Упражнения на растягивание мышц и связок и		6	

	развитие балетного шага.			
	<b>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала).</b>		6	
	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.		6	
	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.		8	
	Упражнения на развитие поясничного пояса.		7	
	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.		8	
	<b>РИТМИКА</b>			34
	<b>Теория дисциплины.</b>			
	Строение музыкального произведения	1		
	<b>Музыкально-ритмические игры.</b>			
	Упражнения, игры и метр.		6	
	Упражнения, игры и фразировка.		7	
	Упражнения, игры и темп.		7	
	Упражнения, игры и динамика.		7	
	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.		6	
	<b>ТАНЕЦ</b>			34
	<b>Теория дисциплины.</b>			
	Музыкально-хореографическая, образная выразительность.	1		
	<b>Ориентационно-пространственные упражнения.</b>			
	Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»).		8	
	<b>Танцевальные элементы.</b>			
	Танцевальные шаги и ходы.		11	
	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.		14	
	<b>Всего часов:</b>			136

### Содержание по предмету «Гимнастика. Ритмика. Танец».

#### ГИМНАСТИКА

##### I. Теория дисциплины

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.

Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения.

##### II. Элементы партерной гимнастики.

1. Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.
2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»

3. Упражнения, развивающие подъем стопы:  
Разворот стопы из VI позиции в I позицию
4. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка» «Полумостик» «Мостик»
5. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг» «Уголок»
6. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена»
7. Упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях «Солнышко»
8. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.  
«Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный

### III. **Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.**

- Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первым годом обучения) музыкальных раскладках:
  1. повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
  2. наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
  3. круговые движения головой по кругу и целому кругу;
  4. поднимание и опускание плеч;
  5. поочередное поднимание и опускание плеч.
- Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускорении разведения рук в стороны:
  - подъёмы рук вперёд на высоту 90°
  - отведение рук назад;
  - подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
  - подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
  - сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
  - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
  - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
  - сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад;
  - сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд– вверх–назад;
  - вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
  - вращения кистями во II позиции;
  - вращения кистями с руками, поднятыми вверх.
- Упражнения на развитие поясничного пояса
  - перегибы корпуса назад;
  - повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
  - круговые движения корпуса.
- Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:
  - отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
  - отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
  - отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
  - отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
  - отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
  - подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
  - отведение ноги назад на носок с полуприседанием;
  - отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук; – каблук – позиция;
  - отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием;

- назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием;
- прыжки на одной ноге (не более 4-х раз);
- прыжки на двух ногах с переменной позиций (напр. чередование VI и II позиций);
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на каблук;
- подъёмы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной;
- поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой;
- бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

## **РИТМИКА.**

### **1. Теория дисциплины**

1. Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.
2. Маршевая и танцевальная музыка. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

## **II. Музыкально-ритмические игры.**

1. Упражнения, игры и метр.
  - Сильные доли и такт:  
Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).  
Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.
1. Упражнения, игры и фразировка.
  - Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. соотношение характеров музыки и движения):
  - размеры 2\4, 3\4, 4\4):
  - Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
  - Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
  - Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):
1. Упражнения, игры и темп
  - Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы;
  - Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки;
  - Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением;
  - Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе;
1. Упражнения, игры и динамика.
  - Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:
  - Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:
5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

## **ТАНЕЦ**

### **I. Теория дисциплины.**

1. Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

## **II. Ориентационно – пространственные упражнения.**

1. Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных — плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»).
- Повторение материала 1 год обучения;
- Изучение многоплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных):
    - 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке»);
    - 2 вертикальные колонны;
    - 2 горизонтальные колонны;
  - объёмных:
    - 2 круга;
    - «круг в круге»;
    - 2 «цепочки».
2. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые:
    - из линейных в линейные:
      - из шеренги в 2 шеренги;
      - из шеренги в 2 колонны;
      - из колонны в 2 шеренги»;
      - из колонны в 2 колонны;
    - из линейных в объёмные:
      - из шеренги в 2 круга;
      - из колонны в 2 круга;
      - из шеренги в 2-е «цепочки»;
      - из колонны в 2-е «цепочки» и т.д.
  3. Изучение приёмов перестроения из многоплановых рисунков и фигур в одноплановые – выполнение заданий раздела IV в обратном порядке.
  4. Изучение приёмов построения из многоплановых рисунков и фигур в многоплановые рисунки:
    - из линейных в линейные:
      - из 2 шеренг в 2 горизонтальные колонны;
      - из 2 шеренг в 2 вертикальные колонны;
      - из 2 шеренг в 2 диагональные колонны.
    - из объёмных в объёмные:
      - из 2-х кругов в 2-е «плетня»;
      - из 2-х «плетней» в 2-а круга и т.д.
    - из линейных в объёмные:
      - из 2-х колонн горизонтальных в 2-а круга;
      - из 2-х шеренг горизонтальных в 2-а круга и т.д.
    - из объёмных в линейные:
      - из 2-х «плетней» в 2-е горизонтальных колонны;
      - из 2-х кругов в 2-е горизонтальных шеренги и т.д.
  5. Повторение различного вида шагов темы 2. Изучение шагов на полупальцах с руками, находящимися во II позиции.

### **III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов в младшей группе.**

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый годом обучения) музыкальных раскладках:
  - повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
  - наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
  - круговые движения головой по кругу и целому кругу;
  - поднимание и опускание плеч;
  - поочередное поднимание и опускание плеч.
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренных раскладках:
  - разведение рук в стороны;
  - подъёмы рук вперёд на высоту 90°;
  - отведение рук назад;
  - подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;

- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
  - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
  - сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
  - сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
  - сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд–в стороны–назад;
  - сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперёд–вверх–назад;
  - вращения кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
  - вращения кистями во II позиции;
  - вращения кистями с руками, поднятыми вверх.
3. Упражнения на развитие поясничного пояса:
- перегибы корпуса назад;
  - повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
  - круговые движения корпуса.
4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:
- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием;
  - отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
  - отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
  - отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
  - отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
  - подъёмы согнутой в колене ноги в сторону;
  - отведение ноги назад на носок с полуприседанием;
  - отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук – каблук – позиция;
  - отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием;
  - отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
  - отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием;
  - прыжки на одной ноге (не более 4-х раз);
  - прыжки на двух ногах с переменой позиций (напр. чередование VI и II позиций);
  - перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок;
  - перескоки с ноги на ногу с отведением работающей подъёмы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной;
  - поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой;
  - бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

#### IV. Танцевальные элементы.

- Танцевальные шаги и ходы:
- Скользящий шаг ( pas glisse');
- Па польки вперед и боковое;
- Pas chasse' вперёд, назад
- Русский переменный ход.
- Русский дробный ход (по 1/8).
- Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4.
- В ритме полонеза;
- В ритме польки.
- Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

**3 год обучения**  
**Учебно-тематический план по предмету**  
**«Классический танец. Народно-сценический танец. КПТ.»**  
**Режим занятий – 6 часов в неделю (по 40 мин.)**

№	Направления, разделы, темы	из них		По разделам	Всего
		теория	практика		
	<b>Классический танец</b>				68
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			2	
	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас.	1			
	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	1			
<b>II.</b>	<b>Экзерсис у станка</b>			30	
	Постановка корпуса (в выворотных позициях).		4		
	Позиции ног: I, III, II, V		4		
	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.		4		
	Разучивание элементов классического танца у станка.		20		
<b>III.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>			26	
	Постановка корпуса (в выворотных позициях).		2		
	Позиции ног: I, III, II, V		2		
	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.		2		
	Разучивание элементов классического танца на середине зала		22		
<b>IV.</b>	<b>Allegro</b>			8	
	Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.		2		
	Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала.		6		
	<b>Композиция постановка танца.</b>				68
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			1	
1.	Азбука танца.	1			
<b>II.</b>	<b>Танцевальные постановки.</b>			71	

1.	Разучивание танцевальных элементов		34		
2.	Разучивание комбинаций		16		
3.	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.		13		
4	Сценическая практика		4		
	<b>Народно-сценический танец</b>				68
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины.</b>			2	
	Народный танец как вид хореографического искусства	2			
<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>			70	
	Русский танец	1			
	Элементарные ходы и проходки.		7		
	Бег, подскоки.		9		
	«Гармошка», «ёлочка».		9		
	«Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом.		6		
	«Молоточки» одной ногой без подскока с двойным притопом.		8		
	Дробные выстукивания.		8		
	Хлопки		8		
	Присядки, прыжки и трюки.		6		
	Итого часов				204

### Содержание по предмету

#### «Классический танец. Композиция постановка танца. Народно-сценический танец»

##### I. Теория дисциплины

Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических «ра». Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

##### II. Экзерсис у станка

Постановка корпуса (в выворотных позициях).

Позиции ног: I, III, II, V.

Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.

Разучивание элементов классического танца у станка.

Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад.

Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

2.4.4. Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если



музыкальный размер – 2.4.4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

2.4.5. *Battement passé par terre*. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.

2.4.6. Подготовительное *port de bras*. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

Положения ноги *sur les cou-de-piéd* – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с *battements tendus* в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.

*Battements frappés*. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

*Battements relevés lents* на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону.

Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

### **III. Экзерсис на середине зала**

Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),

Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку.

Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

Разучивание элементов классического танца на середине зала. Повторение элементов темы 2.

### **IV. Allegro**

*Temps levés sautés* в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.

Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.

Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала.

Трамплинные прыжки. «Разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, затем на середине зала.

### **Композиция постановка танца**

## **I. Теория дисциплины**

### 1. Азбука танца

«Понятие комбинация», «Учебная, учебно-танцевальная, танцевальная комбинация и их роль», «Отличительные особенности комбинаций», «Целевое назначение комбинаций. Музыкальное оформление, композиционное решение, длительность», «Принципы работы над танцевальной комбинацией», «Композиционные каноны и их сценическое развитие» «Танцевальный этюд», «Лексика и методика движений»

## **II. Танцевальные постановки.**

### 1. Разучивание танцевальных элементов.

Разучивание движений

### 2. Разучивание комбинаций.

особенности комбинаций

### 3. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

движения, позы, жестикуляция и мимика

### 4. Сценическая практика. . Сценический показ.

## **Народно-сценический танец**

### **I. Теория дисциплины**

Народный танец как вид хореографического искусства.

### **II. Экзерсис на середине зала**

Русский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног выворотные (только для экзерсиса), свободные, прямые (параллельные), обратные (закрытые). Три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на поясице, на затылке. Платочек в русском танце. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны.

Элементарные ходы и проходки.

Основной шаг – с продвижением назад.

Основной шаг с притопом – с продвижением назад.

Основной шаг с проскальзывающим притопом.

Шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперед.

Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперед.

Перекрещивающийся шаг с продвижением вперед.

Бег, подскоки, галоп.

Бег назад с выбрасыванием вытянутых в коленях ног вперёд (на носок и на ребро каблука).

Скользящие подскоки по VI (I прямой) позиции на полуприседании.

«Гармошка», «ёлочка».

«Гармошка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.

«Гармошка» с полуприседанием по I обратной (закрытой) позиции.

«Ёлочка» с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах.

«Ёлочка» с полуприседанием при повороте пяток обеих ног.

«Моталочки» одной ногой без подскока с двойным притопом.

Дробные выстукивания.

Удары полупальцами.

Удары каблуком.

Двойные притопы.

Хлопки – одинарные прямые (фиксированные) – спереди, сзади, сбоку.

Присядки, прыжки и трюки.

«Мячик» на полуприседании.

«Мячик» с одинарным выносом ноги вперёд на ребро каблука в конце муз фразы (на полуприседании) – на месте.

«Мячик» с одинарным выносом ноги в сторону на каблук в конце муз фразы (на полуприседании) – на месте.

«Разножка» в стороны на каблуки («одноимённая» разножка»).

Малые прыжки на двух ногах – с вытянутыми ногами.

### **ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА.**

#### **I. Теория дисциплины**

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

#### **II. Экзерсис на середине зала**

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения

10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

11. Выразительность и эмоциональность исполнения

### **ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.**

1. Изучение основ музыкальной грамоты

2. Изучение основ актерского мастерства

3. Изучение основ правильного дыхания

4. Ознакомление с анатомическим строением тела

5. Основы самомассажа

### **Методическое обеспечение программы.**

#### **Методические принципы реализации программы**

Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).

- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).

- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).

- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения на хореографическом отделении границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

#### **Ожидаемые результаты**

В соответствии с каждым годом программы воспитанник должен освоить:

- терминологию, используемую на уроке;
- структуру и основные части урока;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением.
- движения в технике танцевального направления;
- принципы составления учебных комбинаций;
- организацию труда, рабочего места на уроке и сцене.

#### Список литературы

- 1.Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
- 2.Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
- 3.Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
- 4.Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
- 5.Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
- 6.Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
- 7.Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
- 8.Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
- 9.Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
- 10.Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
- 11.Ритмика и танец. – М., 1972
- 12.Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
- 13.Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984
- 14.Танцы для детей. – М., 1982
- 15.Танцы – начальный курс. – М., 2001
- 16.Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
- 17.Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.
- 18.Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет - журнал "Эйдос".
- 19.Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
- 20.Школа танцев для юных. – СПб., 2003