

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БОКОВСКОГО РАЙОНА «ДШИ»
СТ. БОКОВСКАЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ ДШИ

Срок реализации- 4 года
возраст учащихся-6-10 лет
составитель:

*Ганнова З.А. –преподаватель
хореографии МБОУ ДОД
Боковского района "ДШИ"
2015г.*

2016 г.
ст .Боковская

«Одобрено»

Педагогическим советом

МБУ ДО Боковского района «ДШИ»

Директор



Утверждаю»

Н.В. Попова

«16» августа 2016 г.

«16» августа 2016 г.

Разработчики: Ганнова З.А., Каргина А.И., Булгакова М.Е. – преподаватели хореографического отделения муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Боковского района «ДШИ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография – понятие, охватывающее все виды танцевального искусства. Танец – вид искусства, в котором художественный образ создается посредством музыкально-организованных движений и мимики. В танцевальном искусстве существует три основных вида: классический, народно-сценический и эстрадный танец.

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ

1. Дать понятие о танцевальном искусстве, о разнообразии и выразительности движений.
2. Развить физические данные учащихся посредством движений классического, народно-сценического и эстрадного танцев.
3. Воспитывать высокую исполнительскую культуру. Сформировать музыкально-эстетический вкус. Воспитать гармонично развитую личность.
4. получить представление о выразительности танцевальных движений;
5. развить свои физические данные (сила, выносливость, ловкость);
6. развить танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок);
7. развить музыкальность, артистичность, ритмичность и эмоциональность;
8. овладеть начальной азбукой танца;
 1. стремиться к совершенствованию своих движений - выразительности, лёгкости, грации.

ЗАДАЧИ

Учащиеся за время обучения должны:

Изучение урока **ритмики** рассчитано на **2 года** обучения, начиная с 1 класса отделения хореографического искусства (возраст детей 6-7 лет) и при 34 учебных неделях в году составляет **204 часа**. Форма занятий – групповая (в среднем – 10 чел.), продолжительность урока в 1 классе - 4 часа, во 2 классе- 2 часа в неделю.

Изучение урока по **классическому танцу** рассчитано на **3 года** обучения, начиная со 2 класса отделения хореографического искусства (возраст детей 7-9 лет) и при 34 учебных неделях в году составляет **170 часа**. Форма занятий – групповая (в среднем – 10 чел.), продолжительность урока во 2 и 3 классе – 2 часа, в 4 классе- 1 час в неделю.

Изучение урока по **народно – сценическому танцу** рассчитано на **2 год** обучения, начиная с 3 класса отделения хореографического искусства (возраст детей 8-9 лет) и при 34 учебных неделях в году составляет **136 часов**. Форма занятий – групповая (в среднем – 10 чел.), продолжительность урока в 3 классе- 2 часа и 4 классе – 1 час в неделю.

Изучение урока по **эстрадному танцу** рассчитано на **1 год** обучения, начиная с 4 класса отделения хореографического искусства (возраст детей 9 лет) и при 34 учебных неделях в году составляет **68 часов**. Форма занятий – групповая (в среднем – 10 чел.), продолжительность урока в 4 классе – 2 часа в неделю.
В период учебного процесса на протяжении 4 лет обучения 136 часов отводится на постановку танцев, разучивание этюдов, комбинаций.

Прохождение программы опирается на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных данных учеников, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса.

Программа содержит теоретический материал, тренировочные упражнения, танцевальные шаги, композиции.

Теоретические сведения даются непосредственно в процессе занятия и ходе работы над движениями.
Программа дана по годам обучения, в течение которых ученикам следует усвоить определённый минимум умения, знаний, навыков, сведений по хореографии.

ПРОХОЖДЕНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

<i>Класс</i>	<i>Предмет</i>	<i>Кол-во часов в неделю</i>	<i>Кол-во учебных недель</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Формы контроля</i>	
					<i>Контрольные уроки</i>	<i>Экзамены</i>
1 класс	Ритмика	4	34	136	2	0
	Постановочная работа	1	34	34		

2 класс	Ритмика	2	34	68	2	0
	Классический танец	2	34	68	1	1
	постановочная работа	1	34	34		
3 класс	Классический танец	2	34	68	1	1
3 класс	Народно – сценический танец	2	34	68	1	1
	Постановочная работа	1	34	34		
4 класс	Классический танец	1	34	34	1	1
	народно-сценический танец	1	34	34	1	1
	Эстрадный танец	2	34	68	1	1
	постановочная работа	1	34	34		

	ИТОГО:			680		

В конце каждого полугодия (декабрь-май) проводятся итоговые контрольные уроки и экзамены.

Для занятий имеется просторное помещение, оборудованное специальными станками и зеркалами.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ЭКЗЕРСИС

Обучение по всем танцевальным направлениям начинается с экзерсиса, где разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и plie (приседания); постановка корпуса, рук и головы.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Танцевать на середине зала значительно сложнее, чем у станка.

Работая перед зеркалом, не следует сосредотачивать внимание на какой либо отдельной части тела, — необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следя за правильностью формы и положением ног. Кроме зрительного восприятия должно быть и ощущение всего тела, его собранности и подтянутости.

ПРЫЖКИ

Прыжки - самая трудная часть урока. Все, что вырабатывается экзерсисом и adagio, непосредственно связано с прыжками и во многом способствует их развитию. По особенное внимание следует уделять самим прыжкам.

Прыжок зависит от силы мускулатуры ног, эластичности и крепости связок ступней и коленей, развитого ахилового сухожилия, крепости пальцев ноги в особенности от силы бедра.

Организационная работа строится с учётом особенностей каждого класса, а также целей и задач работы школы. Она заключается в следующем: составление расписаний, ведение журнала, приобщение учеников к правилам поведения в школе, ознакомление родителей с уставом школы и правилами; она распространяется на заботу о художественном оформлении зала, проверке внешнего вида учащихся, сохранности помещения. Включает и организационную работу по концертной деятельности (выбор репертуара, пошив костюмов).

Учебно - тематический план

Ритмика

1-год обучения (первый класс)

№	Наименование тем	Кол-во часов По теме
I- триместр		
1	Поклон	4
2	Разминка стоя	10
3	Партерная гимнастика	16
4	Ходы	10
5	Музыкальные игры	4
ИТОГО:		
44 часа		
II-триместр		
1	Разминка стоя	10
2	Партерная гимнастика	10
3	Ходы. Марши	10
4	Музыкальные игры	4
5	Танцевальные элементы	10
ИТОГО:		
44 часа		
III-триместр		
1	Разминка стоя	8
2	Партерная гимнастика	10
3	Ходы	6
4	Танцевальные элементы	6
5	Музыкальные игры	4
6	Танцевальные этюды на выученные темы	14
ИТОГО:		
48 часов		
Всего за год:		136
часов		

Ритмика
2-год обучения (второй класс)

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
I- триместр		
1	Поклон	4
2	Разминка стоя	4
3	Партерная гимнастика	6
4	Ходы	2

5	Музыкальные игры	2
6	Элементы классического и народного танцев	4
ИТОГО: 22 часа		
	II-триместр	
1	Разминка стоя	4
2	Партерная гимнастика	8
3	Ходы. Марши	4
4	Музыкальные игры	2
5	Элементы классического и народного танцев	6
ИТОГО: 22 часа		
	III-триместр	
1	Разминка стоя	4
2	Партерная гимнастика	4
3	Ходы	4
4	Танцевальные элементы	4
5	Музыкальные игры	2
6	Танцевальные этюды на выученные темы	6
ИТОГО: 24 часа		
Всего за год: часов		68

Классический танец

1-й год обучения (второй класс)

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
	I- триместр	
1	Экзерсис у станка	10
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	4
ИТОГО: 22 часа		
	II-триместр	
1	Экзерсис у станка	9
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	5
ИТОГО: 22 часа		

	III-триместр	
1	Экзерсис у станка	8
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	8
ИТОГО:		24 часа
Всего за год: часов		68

Классический танец

2-й год обучения (третий класс)

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
I- триместр		
1	Экзерсис у станка	10
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	4
ИТОГО:		22 часа
II-триместр		
1	Экзерсис у станка	9
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	5
ИТОГО:		22 часа
III-триместр		
1	Экзерсис у станка	8
2	Экзерсис на середине	5
3	Прыжки	3
4	Танцевальные шаги, ходы	8
ИТОГО:		24 часов
Всего за год:		68 часов

Народно – сценический танец
1-й год обучения (третий класс)

№	Наименование тем	Кол-во
----------	-------------------------	---------------

		часов по теме
	I- триместр	
1	Положение и движения у станка	10
2	Позиции ног,рук	8
3	Танцевальные шаги,ходы	4
ИТОГО:		22часа
	II-триместр	
1	Поклон в русском характере	2
2	Движения у станка	10
4	Танцевальные движения на середине	10
ИТОГО:		22часа
	III-триместр	
1	Работа с платочком(девочки)	4
2	Хлопки в ладоши и хлопушки-мальчики	3
3	Полу присядки-мальчики	3
4	Подготовка к дробям	6
	Танцевальные этюды и танцы	8
ИТОГО:		24 часа
Всего за год: часов		68

Классический танец
3-й год обучения (четвёртый класс)

•
•
•

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
	I- триместр	
1	Экзерсис у станка	4
2	Экзерсис на середине	3
3	Прыжки	2
4	Танцевальные шаги, ходы	2
ИТОГО:		11 часа
	II-триместр	
1	Экзерсис у станка	3
2	Экзерсис на середине	4

3	Прыжки	2
4	Танцевальные шаги, ходы	2
ИТОГО:		11 часа
III-триместр		
1	Экзерсис у станка	4
2	Экзерсис на середине	4
3	Прыжки	2
4	Танцевальные шаги, ходы	2
ИТОГО:		12 часов
Всего за год:		34 часов

**Народно – сценический танец
2-й год обучения (четвёртый класс)**

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
I- триместр		
1	Положение и движения у станка	5
2	Позиции ног, рук	4
3	Танцевальные шаги, ходы	2
ИТОГО:		11 часа
II-триместр		
1	Поклон в русском характере	1
2	Движения у станка	5
4	Танцевальные движения на середине	5
ИТОГО:		11 часа
III-триместр		
1	Работа с платочком(девочки)	2
2	Хлопки в ладоши и хлопушки-мальчики	1
3	Полу присядки-мальчики	2
4	Подготовка к дробям	4
	Танцевальные этюды и танцы	3
ИТОГО:		11 часа
Всего за год:		34 часов

Эстрадный танец
1-й год обучения (четвёртый класс)

№	Наименование тем	Кол-во часов по теме
I- триместр		
1	Организационное занятие	1
2	Постановка корпуса, рук, ног и головы	5
3	Поклоны девочек и мальчиков	4
4	Танцевальные шаги и движения	12
ИТОГО:		22часа
II-триместр		
1	Подскоки	4
2	Галоп	4
3	Танцевальный бег	4
4	Танцевальные комбинации из подскоков и галопа	6
6	Прыжки	4
ИТОГО:		22часа
III-триместр		
1	Упражнения на ориентацию в пространстве	4
2	Построения и перестроения	4
3	Партерная гимнастика	6
4	Танцевальные этюды и танцы	10
ИТОГО:		24часа
Всего за год:		68 часов

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Ритмика

1-год обучения (первый класс)

Поклон

Разминка стоя:

- работа головы
- работа плеч
- наклоны корпуса (вперёд , в стороны)
- прыжки по 6 позиции (чередую с хлопками)
- марш (с акцентом на правую ногу)

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА:

- Работа стопы
- Сгибание и разгибание коленного сустава
- Наклоны вперед (сидя на полу)
- Невалюшка
- Лягушка
- Бабочка-работа на выворотность
- Киска-работа на гибкость позвоночника
- Маленькие броски натянутой ногой
- Колечко
- Лодочка
- Растяжки

ХОДЫ:

- Простой шаг с носка
- Шаг с хлопком на правую ногу (на месте и в продвижении по кругу)
- Переменный ход
- Хороводный шаг на полупальцах

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:

- Подскок как элемент танца
- Притоп
- Гармошка 1,2,3 части
- Ковырялочка
- Приставной шаг
- Боковой галоп
- Шаг польки 1-я часть

Музыкальные игры (на развитие свободного движения)
«Послушай и изобрази»

«Кто лучше повторит»

Танцевальные этюды на выученные движения.

Понятие терминов : линия, колонна, круг, диагональ.

Положение рук :на поясе, взявшись за руки

Ритмика

2-год обучения (второй класс)

Элементы классического, народного и бального танца.

1. Шаги:
2. Движение головы:
 - бытовой
 - легкий шаг с носка (танцевальный)
 - шаг на полупальцах
 - легкий бег
 - шаг с подскоком
 - шаг с высоким подъемом согнутой в колени ноги
 - боковой подскок (галоп)
 - русский переменный шаг
 - шаг польки (в народной манере)
 - повороты направо-налево
 - вверх-вниз
 - наклоны вправо-влево
3. Движение рук
 - сжимание и разжимание кистей рук(руки вытянуты в стороны)
 - сжимание разжимание кистей рук с одновременными поворотами(руки вытянуты в стороны)
 - вращение кистей рук
 - поворот ладоней (положения рук в стороны)
 - покачивание вытянутых рук над головой
 - подъем и опускание запястья (руки вытянуты в любом положении над головой)
4. Позиции ног 1,3,5,6 (свободное положение)
5. Полуприседание по 1,3,5,6 позициям
6. Выдвижение ноги в сторону, вперед из 6,1 позиций
7. Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием в сторону и вперед
8. Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом носок-каблук в характере народного танца
- 9.Поднимание на полупальцы по шестой позиции
- 10.Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием

11.Прыжки на двух ногах по 6 позиции

12.Движение плеч и корпуса

- поднятие и опускание плеч одновременно или поочередно
- отведение плеч назад и вперед

13.Повороты туловища

14.Наклоны в сторону, вниз (руки в различном положении)

15.Положение и движения рук принятые в русской пляске

- свободно опущенные вниз
- руки в бок
- руки скрещенные на груди
- взмахи платочком
- хлопки в ладоши

16.Движения для развития ног и стопы

- подъем на полупальцы по 6, 1 прямой позициям
- перекат с носка на пятку по 6, 1 прямой позициям
- поочередное поднятие пятки, носка
- кружение на полупальцах вправо, влево, на месте

17.Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различение правой и левой ноги, руки, плеча
- повороты вправо и влево
- движение по линии танца и против линии танца
- движение в прямой линии (по одному и в паре)

18.Построения или перестроения:

- в колонну по одному
- в пары и обратно
- из колонны в шеренгу
- круг
- сужение или расширение круга
- свободное размещение в зале
- «Воротца»

29.Работа головы на точку

20.Двигательно-ритмические игры и упражнения, этюды:

- игра «Паровозик»
- игра «Займи домик». Цель – учить детей совмещать простые двигательные разученные ранее упражнения в одном танце, учить делать построения в 2 колонны, совмещать марш на месте с

продвижением вперед, двигаться ритмично, реагировать на начало и конец музыкального сопровождения.

- игра «Домики». Цель – учить детей различать музыку своего персонажа, которого надо изобразить с помощью движений: прыжки на двух ногах, легкий бег, бег высоко поднятыми коленями, правильно и эмоционально исполнять движения.

- этюд «Русская пляска» (с платочком)

- этюд «Ложкари». Цель – отработка движений русской пляски, а также закрепление навыков различных перестроений, развитие эмоциональных способностей детей. Умение ритмически акцентировать под музыку.

- ритмическая игра «Повторяй-ка». Цель – приучать учеников к внимательному повтору за учителем элементов танца, развитие координационных движений.

- этюд на пройденные движения

ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА:

- Работа стопы
- Сгибание и разгибание коленного сустава
- Наклоны вперед
- Неваляшка
- Лягушка
- Киска-работа на гибкость позвоночника
- Бросок прямой ноги вверх стоя на колене
- Маленькие броски натянутой ногой
- Колечко
- Мостик
- Лодочка
- Растяжки

ХОДЫ:

- Простой шаг с носка
- Шаг с хлопком на правую ногу
- Переменный ход
- Хороводный шаг на полупальцах

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:

- Подскок как элемент танца
- Притоп
- Гармошка
- Ковырялочка
- Приставной шаг
- Боковой галоп
- Шаг польки

Классический танец

1-год обучения (второй класс)

Основными задачами обучения в первом классе являются: постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений, развитие музыкального слуха.

Обучение классическому танцу начинается с экзерсиса, где разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг, вырабатывается устойчивость, приучающая к правильному распределению тяжести тела на двух и на одной ноге.

Все движения у станка начинаются изучаться лицом к станку, держась двумя руками, в медленном темпе. Позже движения исполняются боком к станку.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

- 1.Позиции ног I,II
- 2.Постановка корпуса в I,IIпозициях.
- 3.Позиции рук(вначале изучаются на середине зала) подгот.пол. I,II,III.
- 4.Demi-plie, по I,II, позиции.
- 5.Battementtendu (все направления с I,V поз.).
- 6.Battement tendu с demi-plie (все направления с I,V поз.).
- 7.Passe par terre.
- 8.Battementtendu jete все направления в I,V поз.на 30*
- 9.Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans(поточкам)
- 10.Releve на полупальцах в I,II поз.
- 11.Battement releve lent на 45*, все направления .

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

- 1.Поклон.
- 2.Позиции рук подгот.пол. I,II,III.
- 3.Положения корпуса en face..

4.Port de bras(I).

5.Demi-plie(I,II позиции).

6.Battement tendu в I,V поз.en face.

Allegro

1.Temps leve saute по I, II позициям.

2.Трамплинные прыжки.

Танцевальные шаги.

- ❖ Pas польки.
- ❖ Галоп.
- ❖ Мелкий бег на носочках.
- ❖ Мягкий шаг вперёд и назад (в медленном темпе).
- ❖ Шаг на полупальцах вперёд и назад.

Перестроения в зале.

ТРЕБОВАНИЯ НА ГОДОВОЙ КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК

Ученик должен хорошо знать движения , стараться точно их исполнить.

Уметь правильно распределять тяжесть тела.

Легко, без напряжения, выполнять танцевальные шаги.

Классический танец 2-год обучения (третий класс)

Основными задачами второго года обучения являются развитие силы ног путем увеличения количества упражнений; развитие устойчивости; освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе. Закрепление знаний, умений и навыков, приобретённых в первом классе.

Наряду с этим вводится более сложная координация движений, используя малые позы классического танца в экзерсисе у станка и на середине. Начинается изучение прыжков и ознакомление с техникой поворотов на двух ногах.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

1.Demi-plie, по I,II,V позициям.

2. Battement tendu и demi-plie (все направления по I, II, V поз.).
3. Battement tendu jete все направления с I, V поз. и с demi-plie.
4. Battement tendu pour le pied в сторону.
5. Passe par terre.
6. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (поточкам)
7. Положение ноги на sur le coude pied учебное (обхватное-вперед и сзади).
8. Battement frappe носком в пол.
9. Releve на полупальцах в I, II, V поз.
10. Battement releve lent на 45°, все направления.
11. Положение ноги на sur le coude pied условное.
12. Перегибы корпуса.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ

1. Поклон.
2. Основные положения корпуса en paul. croisee.
3. Поза croisee носком в пол.
4. Port de bras (I, II).
5. Demi-plie (I, II, V позиции).
6. Battement tendu в I, V поз. en face с demi-plie в I, II, V позициях.
7. Battement releve lent на 45° en face все направления.
8. Releve на полупальцах в I, II, V поз. с вытянутых ног и с plie.
9. Pas de bouree simpl с переменной ног en face en dehors et en dedans en face.
10. Шаг вальса.
11. Шаг польки.

Allegro

1. Temps leve saute по I, II, V позициям.
2. Трамплинные прыжки.
3. Changement de pieds en face.

4.Pasassemble(с открыванием ноги в сторону).

ТРЕБОВАНИЯ НА ГОДОВОЙ КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК.

Ученик выполняет комбинации классического экзерсиса.

Знает названия движений и их перевод.

Уверенно исполняет движения на середине (хорошо владеет телом, держит равновесие).

Может исполнить танцевальную композицию (полька, вальс).

.

.

.

Классический танец.

.

.

3 год обучения (четвёртый класс)

.

Обобщение полученных навыков и знаний. Скоростно – силовые и координационные движения по степени сложности: однонаправленные, разнонаправленные, одновременные, разновременные. Большие позиции рук. Критерии мастерства исполнительской деятельности: наличие сложности движений, мастерства исполнения, четкости, пластичности, грациозности, актерской выразительности.

Экзерсис у станка.

Все пройденные упражнения исполняются в более быстром темпе.

Дополнительно: - rond de jambe par terre

3. Более быстрая раскладка

4. на demiplie опорной ноги, муз.разм. -3/4

- batt.fondu – выполняется на 45, муз.разм.-3/4

- grand batt – из V позиции по всем направлениям (крестом), муз.разм – 2/4

- pasjete – изучается лицом к станку

- glissat – в сторону, муз.разм – 4/4

Экзерсис на середина зала.

Исполняются все упражнения, изученные у станка, кроме

batt.Bondu и batt.Frappe/

Большие позы croise и efface с подъемом ноги на 45, крестом, муз.разм. – 3/4

Маленькое адажио из пройденных элементов, муз.разм. – 3/4

Аллегро (Allegro)

Pasjetes – муз.разм. 4/4

Glissade – в сторону

Sote

Требование на годовой контрольный урок

По окончании четвертого года учащиеся должны получить следующие знания, умения и навыки:

Навыки актерской выразительности и мастерства.

Умение выполнять сложные технические комбинации.

Умение применять способы координации движений по степени их сложности.

Народно – сценический танец 1-год обучения (третий класс)

Дать представления о движениях русского народного танца.

Раскрыть характерную особенность исполнения русского народного танца.

Постановка корпуса, рук, головы. Знакомство с основными движениями и манерой исполнения русского танца.

1. Шаги:

- бытовой;
- сценический;
- легкий шаг с носка (танцевальный);
- шаг на полупальцах;
- легкий бег на полупальцах;

- шаг с подскоком;
- боковой подскок;
- шаг польки.
- повороты направо, налево;
- повороты вверх, вниз с различной амплитудой.
- вправо, влево с различной амплитудой;
- вперед вправо и вперед влево (плавные).
- Раскрывание рук вперед в сторону из положения на поясе и в характере русского танца;
- переводы рук из позиции в позицию подготовительная (1,2,3,4,5).
- движения плеч и корпуса;
- подъем плеч в различном темпе и характере;
- поочередное выведение плеча вперед;
- наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
- различие правой и левой ноги, руки, плеча;
- повороты вправо и влево;
- построение в колонну по одному, по два в паре;
- перестроения из колонны по одному в пары и обратно на месте и на шагах;
- перестроения из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- "воротца";
- "змейка";
- "спираль";
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.
- с выбросом ноги вперед;
- с выбросом ноги в сторону.
- удары всей стопой в пол (левой, правой);
- притопы по VI позиции одинарные, двойные, тройные.
- "Русский хоровод" – построен на танцевальном шаге в различном характере и ритме;
- танец с хлопками – построен на подскоках, галопе, притопах.

2. Движения головы :

3. Наклоны:

4. Позиции рук.

5. Плечи:

6. Вытягивание ноги в сторону и вперед с переводом "носок-каблук" (в характере русского танца).

7. Вытягивание ноги с переводом с носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием.

8. Реверанс для учениц в ритме вальса. Поклон для учеников в ритме вальса.

9. Пряжки на двух ногах по VI позиции.

10. Упражнения на ориентировку в пространстве:

11.Взмахи платочком (девочки).

12. Хлопки в ладоши и хлопушки для мальчиков.

13. Полуприсядки:

14. Подготовка к дробям:

15. Танцевальные этюды и танцы:

Требования на годовой контрольный урок.

Ученик должен исполнить этюды, построенные на программном материале.

Важно показать не только технику исполнения, но стараться передать русский танца.

.

.

.

.

Народно-сценический танец

2-год обучения (четвёртый класс)

- Основные технические навыки: закрепление позиций ног. Дробные выстукивания русского танца. Характер среднерусских хороводов. Народные костюмы и музыка.

Экзерсис у станка.

Выполняется держась одной рукой за палку.

- demiplié – по I, II, V позиции – плавное, резкое, муз.разм.4/4.

- grandplié – по I, II, V позиции – плавное, резкое.

- batt. aendu.

А) с переходом на рабочую ногу.

Б) с увеличением количества переводов работы ноги с носка на каблук.

- batt.jeté – с переходом на рабочую ногу.

- каблучное упражнение – на 45 по всем направлениям

- rond de jambe parter
- быстрая раскладка
- с работой пятки опорной ноги.
- pasforlie – основной вид в быстрой раскладке.
- Bftt. Fondu – в быстрой раскладке, 45.
- Flic-flac – основной вид.
- Подготовка к веревочке.
- Grand batt. Jete – в быстрой раскладке.

Середина зала.

Русский танец. Навыки обращения с платочками.

Белорусский танец: «припадание».

Украинский танец: «тынок», «веревочка», «бегунец», «припадание», «голубец».

- Молдавский танец. Положение рук, ног в паре, массовом танце.
- Постановка этюдов.

Диагональ зала.

Вращение: шене, бегунок, блинчик (маленький, большой). Соединение вращений в комбинации. Проучивание молдавского вращения – «птичка» в белорусском характере вращения.

ТРЕБОВАНИЯ НА ГОДОВОЙ КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК.

•

Ученик должен исполнить этюды, комбинации усложненных по ритму и технически, построенные на программном материале; обладать четким техническим исполнением, выразительностью, артистичностью, пластичностью, грациозностью

Важно показать не только технику исполнения, но стараться передать характер народного танца.

•
•
•

Эстрадный танец

1-год обучения (четвёртый класс)

I. Организационное занятие.

1. Форма для занятий в объединении современного танца;
2. Правила поведения в Центре и на занятии;
3. Инструктаж по технике безопасности.

IV. Упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.

Изучаются следующие разделы:

1. Осанка и ось корпуса.
2. Плечевой и грудной пояса.
3. Руки.
4. Стопы.
5. Releve (подъём на полупальцы) по VI позиции ног.

III. Танцевальные элементы.

- поклоны девочек и мальчиков;
- шаги: танцевальный, переменный, шаги на полупальцах, на пятках, на plie, скрестные шаги;
- подскоки вперёд и назад;
- подскоки в комбинации с галопом;
- галоп;
- лёгкий бег вперёд и назад, в повороте (в различных комбинациях с другими движениями);
- прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную
-

IV. Упражнения на ориентацию в пространстве.

- различие правой и левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- построения по линиям;
- построение в колонну по одному, в пары и обратно на месте и на шагах;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

V. Партерная гимнастика.

- положение на спине, позвоночник всеми точкам касается пола;
 - сокращение и вытягивание стопы в положении VI и I позиций, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях;
 - разворачивание стоп в сокращённом состоянии из VI в I позицию и возвращение в VI, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях;
 - подъём вытянутой ноги вперёд и в сторону, лёжа на спине;
 - упражнение для развития выворотности: лёжа на спине, ноги согнуты в коленях развести в стороны, пятки вместе;
 - упражнения для гибкости: «кошечка»; «свечка»; «коробочка»; «мостик»;
- растяжки: полушпагаты, шпагаты (поперечный, продольный).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств, Москва 1977 г.
2. Методическая разработка для преподавателей культурно-просветительских училищ. 1987 г.
3. Методические рекомендации для преподавателей хореографических отделений детских школ искусств и детских хореографических школ 1988 г.
4. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств, Москва 2006 г.
5. Видеокассеты – 10 шт.; аудиокассеты – 12 шт.; CD – 7 шт.
6. Программа для хореографических отделений ДМШ и ДШИ, Москва 1983г.
7. Методическая разработка для хореографических отделений (4-й класс, 3-1
8. DVD - 5шт.;
9. Музыкальный центр LG
10. Наглядные пособия.
11. Базарова Н. Классический танец. Л.: Искусство, 1984 г.
12. Ваганова А. Основы классического танца. Л., Искусство, 1963.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца (с 1-го по 8-й классы) — Л.: Искусство, 1981 г..
14. Академия балета. Репертуар концертмейстера. Классический танец вып.1. Составитель Р.П. Донченко. Изд. «Композитор – Санкт-Петербург» 2005 г.

15. Классический танец. Музыка на уроке. Вальсы. Составитель Н.Е. Ревская, Изд. «Композитор – Санкт-Петербург» 2004 г.
16. Классический танец. Музыка на уроке. Марши. Польки. Составитель Н.Е. Ревская, Изд. «Композитор – Санкт-Петербург» 2005 г.
17. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца.
18. «Музыка и движение» 1981 г. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина (упражнения игры и пляски для детей 3-4 лет.)
19. «Музыка и движение» 1983 г. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина (упражнения игры и пляски для детей 5-6 лет)
20. «Музыка и движение» 1984 г. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина. (упражнения игры и пляски для детей 6-7 лет)
21. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду 1961 г.
22. Академия балета. Репертуар концертмейстера. Народно-характерный танец вып.2. Составитель Р.П. Донченко. Изд. «Композитор- Санкт-Петербург» 2005 г.
23. Инна Коваленко. Методическое пособие для концертмейстеров хореографических отделений детских школ искусств «Музыкальное оформление уроков народно-сценического танца в ДШИ». Изд.г. Саратов, 2008 г.
24. Академия танца, выпуск 3 Репертуар концертмейстера. Составитель Р.П. Донченко. Изд. «Композитор-Санкт-Петербург» 2002 г.
25. Ткаченко. Танцы народов мира.
26. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М. : Айрис-Пресс: Рольф, 1999.
27. Коллиер Д. Становление джаза. – М., 1984.
28. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
год обучения) Москва 1987 г.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с