

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«Ораниенбаум»

Санкт-Петербург, г. Ломоносов, улица Александровская, дом 38, литер А, 198412, тел/факс (812) 422-50-88

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 3
" 30 августа 2016г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа

"ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ "ЗОЛУШКА"

Возраст учащихся: 6 - 16 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор - составитель:
Маковой Елена Ефимовна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Санкт-Петербург
2016

Пояснительная записка

Данная программа имеет **художественную направленность, общекультурный уровень освоения.**

Современное развитие российского общества, обостряющее процессы поиска человеком смысла своего существования и места в нем выдвигает задачи нравственно – эстетического воспитания и его организацию на новые позиции в обществе. Система образования России, разрабатывая программы развития воспитания на ближайшие годы, предусматривает духовно-нравственное становление детей и молодежи, подготовку их к самостоятельной жизни как важнейшую составляющую развития общества, государства.

Обучение по данной программе способствует духовно-нравственному становлению учащихся, влияет на формирование внутренней культуры учащегося. В процессе обучения происходит усвоение норм этики, культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, скромность, внимание к окружающим и к их настроению, доброжелательность, приветливость – вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни, помогают воспитывать и формировать характер человека.

Новизна и актуальность данной программы заключается в ориентации на общечеловеческие ценности мировой танцевальной культуры, в развитии творческой индивидуальности учащегося, которые соответствуют развитию и требованиям современного российского общества, а также, в формировании у детей способности воспринимать, чувствовать, оценивать искусство, наслаждаться им, развивать свои художественно-творческие способности в процессе творческой деятельности.

Понятие «хореография» имеет широкий спектр. В него входят не только сами по себе танцы: народные, бытовые, классический балет. Само слово «хореография» греческого происхождения. Буквально оно значит «писать танец». Но позднее этим словом стали называть всё, что относится к искусству танца.

Танец – это искусство, а всякое искусство должно отражать жизнь в образно-художественной форме. Специфика хореографии состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека она передаёт без помощи речи, средствами движения и мимики. Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению. Эти качества имеют большое значение в системе воспитания. При помощи хореографического искусства можно научить детей отражать свой внутренний мир, эмоциональное состояние, настроение, мысли, чувства, развивать творческую индивидуальность каждого воспитанника. Дети, занимающиеся хореографией, получают весьма разностороннее интеллектуальное, художественное и физическое развитие.

Новизной программы является включение в учебный процесс презентаций по темам разделов и видео- фильмов, разработанных педагогом. На первом году обучения, большая часть урока опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельная тема-«Танцевальная импровизация и сценическое движение» и «Музыкально-танцевальные игры».

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, физическими, психологическими возможностями детей.

Определение цели, задач и содержания программы основывается на таких важнейших принципах, как последовательность и доступность обучения, опора на интерес, учет индивидуальных особенностей ребенка.

Педагогическая целесообразность

Благодаря использованию разнообразных методов и приёмов обучения в процессе занятий ребёнок знакомится с тренировочными и танцевальными движениями классического и народно-сценического танца, элементами историко-бытового танца, что способствует развитию танцевальности, совершенствованию навыков музыкально-двигательной выразительности, пластичности тела; решению музыкально-творческих задач.

В процессе обучения учащиеся узнают в доступной форме о содержании тех хореографических образов, которые изучают и исполняют. Учащиеся с удовольствием осваивают сюжетно-тематические произведения, сказочные постановки. Сказочные сюжеты наиболее близки детям младшего и среднего возраста. Они с любовью исполняют эти постановки, импровизируя, приобщаются к творческой деятельности.

Разнообразные приёмы, применяемые в образовательной программе для детей I года обучения, соответствуют общим требованиям музыкально-двигательного воспитания – углублять музыкальное восприятие детей, содержательность и эмоциональность их движения, развивать у детей самостоятельность и творческую активность.

Большинство музыкально-двигательных упражнений носит игровой характер, имеет конкретный образ, помогающий детям воспринимать музыку и выразительнее, более чётко выполнять движения.

В группах I и II года обучения многие упражнения содержат игровой момент – соревнования; другие учат детей общаться между собой во время движения.

Как все упражнения в целом, так и каждое движение должно всегда иметь определённое, связанное с музыкой и понятное детям содержание (образ игровой, сюжетный или чисто эмоциональный). Формальное, бессодержательное, безрадостное исполнение, механическое повторение (копирование) детьми показанных движений приносит вред, мешает не только музыкально-двигательному, но и общему развитию ребёнка.

Подкрепляемый пояснениями (рассказами, наводящими вопросами, напоминаниями) игровой образ будит и направляет воображение детей, наполняет их движения близким им интересным содержанием, делает музыку более ясной и понятной.

В группах III и IV, V года обучения роль игровых образов остаётся та же. Изменяется их характер (содержание): они становятся разнообразнее, сложнее. При таком методе обучения дети постепенно начинают понимать, что движения становятся по-настоящему выразительными, когда они их исполняют в соответствии с музыкальным образом.

Во всех возрастных группах основой для совершенствования движений и воспитания, необходимых музыкально-двигательных навыков является непосредственное воздействие музыки: оно повышает эмоциональный тонус, движения становятся активнее, координированнее, определённое. Разучивание точно зафиксированных и непривычных элементов танца необходимо начинать с показа. Он должен быть чётким и выразительным, обязательно связанным с музыкой. Так же надо показать движения помогающие улучшить качество движений.

Цель программы:

Приобщение детей и подростков к искусству музыки и танца, выявление творческих индивидуальных способностей через обучение основам хореографии.

Сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений.

Задачи:

- *образовательные*
 - познакомить учащихся с историей хореографического искусства;
 - овладеть основами актерского мастерства танцора;
 - сформировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии.
- *развивающие*
 - развить творческую инициативу и способности к самовыражению в танце;
 - развить моторико-двигательную и логическую память, координацию, гибкости, пластику, музыкальность и чувство ритма.
 - дать возможность самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные сюжеты и движения.
- *воспитательные*
 - сформировать художественный вкус;

- приобщить учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности.
- воспитать любовь к искусству танца.

Отличительной особенностью программы является, то, что содержание программы базируется на достижениях лучших культурных традиций, отвечает задачам становления гражданского общества и правового государства, учитывает уровень образованности детей,

Учебные занятия являются комплексными и содержат материал нескольких тем учебно-тематического плана. Данная образовательная программа отличается от уже существующих в этой области программ в том, что группа пятого года обучения самостоятельно работает с детьми других годов обучения, в роли педагога.

При создании творческих или проблемных ситуаций широко используется метод моделирования детьми «взрослых отношений». Как известно, дети очень любят играть во «взрослых». И познание материального и духовного мира у них в основном происходит через подражательные игры. Темы творческих занятий определяются спецификой хореографического воспитания:

- «Я учитель танцев»
- «Я балетмейстер-постановщик»

Творческие ситуации разыгрываются как при индивидуальной, так и при коллективной работе.

Методика преподавания в объединениях в основе своей опирается на школу профессионального хореографического обучения. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникших по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования.

Поэтому важным методом обучения танцам является разъяснение ребенку последовательности действий в постановочной работе.

Прохождение новой темы предполагает повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методы как «возвращение к пройденному», «играем во взрослых» придают объемность линейному и последовательному освоению материала в данной программе.

По структуре программа является ступенчатой (спиральной), в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая «ступень» была основана на пройденном материале и сама служила основанием для дальнейшей «ступени» по принципу от простого к сложному.

Возраст учащихся, участвующих в реализации, данной программы

Данная общеобразовательная программа предназначена для детей с 6 до 16 лет и рассчитана на 5 лет обучения.

На 1 год обучения принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

В группы 2-го и последующих годов обучения принимаются дети, ранее занимающиеся хореографией в данном коллективе или в других хореографических коллективах (прошедшие собеседование и проверку профессиональных навыков).

Сроки реализации программы:

Продолжительность образовательного процесса:

Занятия 1 года обучения - 2 раза по 2 часа - всего 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Занятия 2 года обучения - 3 раза по 2 часа или 2 раза по 3 часа - всего 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Занятия 3 года обучения – 2 раза в неделю по 2 часа и 1 раз 4 часа или 4 раза по 2 часа, или 2 раза по 3 часа и 1 раз 2 часа - всего 8 часов в неделю, 288 часов в год.

Занятия 4 года обучения – 2 раза в неделю по 3 часа и 1 раз 2 часа или 4 раза по 2 часа, или 2 раза по 2 часа и 1 раз 4 часа - всего 8 часов в неделю, 288 часов в год.

Занятия 5 года обучения – 2 раза в неделю по 4 часа и 1 раз 2 часа или 2 раза по 3 часа и 2 раза по 2 часа всего 10 часов в неделю, 360 часов в год.

Наполняемость групп.

В группах первого года обучения занимается не менее - 15 человек

В группах второго года обучения занимается не менее - 12 человек,

В группах третьего года обучения занимается не менее - 10 человек,

В группах четвёртого года обучения занимается не менее - 10 человек.

В группах пятого года обучения занимается не менее - 10 человек.

Формы организации занятий:

- групповая;
- индивидуально – групповая;
- индивидуальные.

Формы проведения занятий:

- беседа;
- рассказ;
- демонстрация, показ;
- упражнения;
- тренировки;
- репетиции;
- видео-занятие;
- концерт;
- смотр;
- конкурс;
- игра;
- спектакль;
- праздник;
- импровизация, фантазия;
- творческий показ;
- гостиная.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

- Тестирование физических данных;
- Хореографические спектакли;
- Праздничные выступления;
- Концерты;
- Открытые занятия;
- Конкурсные выступления.

Методы:

По способу организации занятий

Словесные – устное изложение беседа, анализ музыкального произведения и др.

Наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, показ, исполнение педагогом, наблюдение и др.

Практические – тренинг, учебно-тренировочные упражнения и др.

По уровню деятельности детей:

Объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, частично-поисковые.

Ожидаемые результаты

К концу обучения учащиеся должны:

- знать историю танцевальной культуры, основы исполнения различных танцев;
- обладать чувством ритма, музыкальностью, необходимыми физическими качествами, осанкой, силой, выносливостью, быстротой и т.д.;

- владеть основами актерского мастерства танцора; культурой эмпатического общения;
- освоить музыкально-танцевальную природу искусства;
- уметь передать музыку и содержание образа танцевальным движением;
- обладать высоким художественным вкусом, творческим воображением,
- обладать ценными общечеловеческими качествами.

1 – ый год обучения	
Должны знать	Должны уметь
1. Азбуку музыкального движения; 2. Рисунки танца: цепочка, звёздочка, кружок, корзиночка; 3. Боковой шаг, шаг с ударом, шаг с соскоком, «ковырялочку», «моталочку», перескок с ноги на ногу, поскок, «трамплинные» прыжки, «мячик»; 4. Позиции рук и ног классического танца, разницу между круговыми и прямыми; движениями ноги, Battement tendu, demi plie. 5. Танцевальные термины.	1. Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку; 2. Выполнять лёгкий шаг с носка на пятку; 3. Вовремя начинать и заканчивать движение; 4. Чувствовать характер марша и передавать его в шаге; 5. Изображать повадки животных танцевальным шагом; 6. Исполнять элементы русского танца (хоровода, перепляса); 7. Свободно ориентироваться в пространстве; 8. Правильно выделять сильную долю такта.
2 – ой год обучения	
Должны знать	Должны уметь
1. Правила постановки рук, группировки пальцев классического танца; 2. Характерное движение рук в русском танце; 3. Особенности маршевой музыки, спортивной, военной, вальса; 4. Особенности медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов русского танца; 5. Значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях классического танца; 6. Требования, предъявляемые к учащимся 1-го года обучения.	1. Выполнять положение «стоя боком к станку», держась одной рукой; 2. Исполнять rpreparation (препарасьон); 3. Закрыть руку, заканчивая движение в адажио; 4. Иметь навык выворотного положения ног «пятка против пятки» в battement tendu (батман тандю) с 1-ой позиции, а также в положении 5-ой позиции («носок против пятки»); 5. Иметь навык благородного, вежливого отношения к партнёру; 6. Импровизировать простую ритмическую фигуру в русском танце; на свободную тему; 7. Проявлять двигательную находчивость; 8. Иметь развитую способность к построению «связок разнородных групп движений».
3-ий год обучения	
Должны знать	Должны уметь
1. Правила основных движений классического танца; 2. Правила исполнения движений народно-сценического танца; 3. Подготовительное движение рук;	1. Правильно исполнять батман тандю вперёд, в сторону и назад; 2. Правильно отвечать на вопрос о положении стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной;

4. Положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое; 5. Требования, предъявляемые к учащимся 2-го года обучения.	3. Правильно открывать и закрывать руку на талию; 4. Исполнять простейшие «дробь» русского танца; 5. Исполнять русский танец на следующих движениях: переменный ход, «верёвочка», притопы, «ключ», припадание.
4 – ый год обучения	
Должны знать	Должны уметь
1. Рисунок положений и уровней рук и ног I, II арабск, позу круазе и эффасе; 2. Критерии хорошего исполнения танца и упражнений; 3. Требования, предъявления к учащимся 3-го года обучения.	1. Владеть основными навыками школы классического танца; 2. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы; 3. Правильно исполнять Exercise у станка; 4. Исполнять движения в характере музыки – чётко, сильно, медленно, плавно; 5. Уметь импровизировать в быстром и медленном темпе.
5 – ый год обучения	
Должны знать	Должны уметь
1. Выразительные средства музыки; 2. Правила исполнения прыжков; 3. Требования, предъявляемые к учащимся 4 года обучения.	1. Различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях композиторов-классиков, современных композиторов; 2. Различать жанры – вальс и мазурку; 3. В классическом танце уметь исполнять грамотно и музыкально все основные движения у станка и на середине (по программе); 4. Исполнять маленькие и большие позы эффасе и круазе (вперёд и назад), арабск I, II, III, IV; 5. Импровизировать на темы русской, классической и современной музыки; 6. Выразить в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации.

Способы определения результативности:

1. Педагогическое наблюдение.
2. Контрольные задания.
3. Зачет.
4. Игра.
5. Творческий отчет.
6. Отчетный концерт.
8. Фото и видео - отчеты.
10. Экспресс – диагностика.
12. Анкетирование.

**Учебно – тематический план
1 год обучения**

№ п\п	Наименование разделов и тем	Кол – во часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Музыкально – танцевальные игры	18	1	17
3.	Азбука музыкального движения	18	2	16
4.	Элементы классического танца	12	2	10
5.	Элементы народно-сценического танца	10	1	9
6.	Танцевальная импровизация и сценическое движение	6	1	5
7.	Элементы историко-бытового и современного танца	18	2	16
8.	Танцевально-ритмическая гимнастика	6	1	5
9.	Партерный экзерсис	24	1	23
10.	Беседы	6	6	-
11.	Прослушивание музыкального материала	2	-	2
12.	Постановочная работа	20	1	19
13.	Итоговое занятие	2	2	-
	Итого	144	22	122

**Содержание
1 год обучения**

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях, правила дорожного движения. Цели и задачи работы на 1-ый учебный год.

2. Музыкально – танцевальные игры

Теория: Двигательные возможности своего тела. Чувства темпа, ритма.

Практика: Упражнения на релаксацию, сосредоточенность, на реакцию. концентрацию внимания, координацию слова с движением. (Чей кружок быстрее соберется. Чиж, сапожник, Здравствуйте!, Шляпа, Платочек, Мяч и т.д.)

3. Азбука музыкального движения

Теория: Мелодия и движения. Темпы (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4\4, 2\4, 3\4. Контрастная музыка: быстрая, медленная, весёлая, грустная. Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие, повороты вправо, влево. Такт и затакт.

Практика: Музыкально – пространственные упражнения: маршировка, шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево. Поворот на месте. Продвижение по углам, бег с прыжком. Фигурная маршировка с перестроением: шеренга, шеренга – колонна и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижение по кругу (внутренний, внешний), звездочка. Танцевальный шаг с носка на пятку. Бег оленя, лисы, мышки, птички. Выделение сильной доли хлопком, ударом ноги.

4. Элементы классического танца

Теория: Специфика музыкального шага и бега. Знания и навыки.

Практика: Тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положение рук и ног. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотные позиции ног, лицом к станку). Подготовка рук – подготовительная, I, II.

5. Элементы народно – сценического танца

Теория: Сюжеты и темы народных танцев. Особенности народных движений. Положения рук. Положение в паре. Положение рук в сольном и групповом танце. Рисунки хороводов.

Практика: Русский шаг с носка. Вынос ноги на носок и пятки. Тройной притоп, шаг с притопом, хлопки. Подготовка к моталочке. Выведение ноги на каблук из свободной первой позиции, затем приведение её в исходную позицию. Ковырялочка без подскоков. Приставные шаги вперёд, назад, в сторону. В комбинации с выносом ноги вперёд на пятку, с притопом одинарным. Галоп в сторону с ударом. Подскоки на месте и с продвижением по диагонали и кругу, в паре и по одному. Скрестное положение рук в паре. Положение рук в тройках, крестообразное. Повороты в паре в положении «замок». Вращения в паре с переступаниями, взявшись за руки. Перескоки. Лёгкие прыжки с одной ноги на другую. Лёгкие прыжки на двух ногах с одновременным их сгибанием. Шаги на полупальцах. Мальчики – полуприсядка. Разножка. Элементы русского танца. Пружинка.

6. Танцевальная импровизация и сценическое движение

Теория: Понятие – импровизация движений. Темы для импровизаций: сюжеты и настроения, связанные с природой, сказочными героями любимых книг и мультфильмов. Развивать мизансценическое мышление и пластическое воображение.

Практика: - Передать весёлое настроение. Музыка И. Дунаевского. Этюд «Цирк». Выполнение импровизаций: цирковая лошадка, клоун, жонглёр, дрессировщик, собачка, канатоходец и др. Используются следующие движения: шаги, бег с высоко поднятыми коленями, разножка, прыжки с двух ног на две, на одну ногу, изобразительные движения. Импровизация: выражение своего отношения к природе через образы, связанные с разными временами года. Можно использовать музыку С. Прокофьева «Фея Зимы» из балета «Золушка», П. Чайковского из цикла «Времена года», А. Вивальди «Времена года». - «Зима» - массовая импровизация. Предлагается выразить настроение, связанное с зимой через образы снежинок и снеговика, ёлочки, Снегурочки.

7. Элементы историко-бытового и современного танца

Теория: Особенности старинного танца XVIII века – гавот. Поклоны, позы, шаги. Старинные причёски, костюмы. Манеры персонажей в сказочных спектаклях – балетах «Золушка», «Спящая красавица».

Практика: Поклоны и реверансы (показ педагога). Простейшая композиция гавота (падеграс). Поклоны и шаги с приставкой. Па галопа (боковые) по 6 – ой позиции.

8. Танцевально-ритмическая гимнастика

Теория: Значение танцевально-ритмической гимнастики для выработки гибкости, укрепления мышц спины, исправления нарушения осанки. Оздоровительный эффект.

Практика: Танец «Кузнечик», «Стирка», «Стройка», «Мальвина и Буратино». Движения хипп – твист одинарный и двойной. «Утятя». Разучивается по точкам, в паре, кругу. «Буги-вуги» - по линиям, в кругу. «Музыкальный человек» - имитация игры на музыкальных инструментах; изучается по точкам и в кругу. (В кругу в сочетании с шагами и продвижением по кругу вправо, влево, в центр из центра). «Зарядка», «Зверобика» .

9. Партерный экзерсис.

Теория: Значение стретчинга для повышения гибкости суставов, улучшения эластичности мышц и связок.

Практика: Упражнения со скакалкой. Координированное движение рук и ног. Прыжки на двух ногах, одной ногой, попеременное движение ног (бег на месте). Продвижение по диагонали и кругу. Упражнения со скакалкой на полу: подъёмы из положения, лёжа в положение сидя, подъём ноги со скакалкой, перегибания корпуса из положения, стоя на коленях, «складка». Упражнения для стопы (круговые движения двух ног, поочередно, вытягивание носков – сокращение). Поочередный подъём ног (лёжа на спине, животе, боку). Упражнение «Змея» (на животе), «Дорожка», «Книжка», «Неваляшка», «Лягушка», «Часы», «Бабочка», «Плуг» и так далее.

Игровой стретчинг – все упражнения после изучения можно исполнять в сказочной форме, используя сказки, соответственно сочетая движения стретчинга. Например: «Молодильные яблоки», «Иван – царевич и серый волк», придумывать свои сказочные сюжеты.

10. Беседы

Теория: Ознакомление учащихся с хореографическим искусством. Балеты П.И. Чайковского «Щелкунчик», «Спящая красавица». Либретто балета. Идеи добра и зла, персонажи. Известные исполнители. Прослушивание записи балетных фрагментов. Просмотр журналов о балете, фотографий, видеофильмов.

11. Прослушивание музыкального материала

Практика: Прослушивание классической, народной и современной музыки. Фрагменты из произведений П.Чайковского, С.Прокофьева, Д.Шостаковича, Г.Свиридова, И.Дунаевского, народные мелодии, современные танцевальные ритмы, песенный материал, обработанный для фортепиано.

12. Постановочная работа

Теория: Раскрытие содержания номера посредством пластики, костюмов, музыки и танцевального стиля.

Практика: Постановка движений, танцевальных композиций. Постановка танцевального номера.

13. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов работы объединения за год.

Учебно - тематический план 2 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Репетиционная работа	30	3	27
3.	Учебно-тренировочная работа	126	11	115
3.1	Азбука музыкального движения	20	1	19
3.2	Элементы классического танца	28	4	24
3.3	Элементы народно-сценического танца	28	4	24
3.4	Элементы историко-бытового и современного танца	22	2	20
3.5	Танцевальная импровизация	6	-	6
3.6	Танцевально-ритмическая гимнастика	2	-	2
3.7	Стретчинг	20	-	20
4.	Постановочная работа	34	2	32
5.	Беседы	10	10	-
6.	Прослушивание музыки	4	-	4
7.	Воспитательно – познавательные мероприятия	8	-	8
8.	Итоговое занятие	2	2	-
	Итого	216	30	186

Содержание 2 год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с программой обучения. Обсуждение плана концертных выступлений объединения на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Репетиционная работа

Теория: Понятие репетиция. Значение для создания танцевального номера.

Практика: Тщательная проработка разучиваемых движений для различных танцев, как для нового номера, так и ранее поставленного танцевального номера.

3. Учебно – тренировочная работа

3.1 Азбука музыкального движения:

Теория: Особенности музыки – марши (военные, спортивные), вальсы, польки.

Русские плясовые (медленные, быстрые). Оформление занятия классической, народной, современной музыкой. Фигурная маршировка по (.) зала.

Практика: Изучается и исполняется весь материал, указанный для 1-го года обучения с усложнением, затем новый. Акцентировка на сильную долю такта в шагах. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

3.2 Элементы классического танца

Теория: Повторение пройденного материала за предыдущий год. Координация рук, ног, головы в движении. Дополнительно изучается уровень подъёма ног, в положении работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена (препарасьон).

Практика: Подготовительное движение руки. Закрывание руки. Прыжки с двух ног на две (sote). Этапы прыжка sote (подготовка, толчок, взлёт, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка).

3.3 Элементы народно-сценического танца

Теория: Позиции ног и рук в н/х танце. Port de brase для рук. Простой русский ход с продвижением вперёд и назад, переменный шаг. Шаг с притопом и выносом ноги вперёд. Мелкая дробь. «Припадание», «ковырялочка», «моталочка» в сочетании с переступанием, ударами всей стопой, тройным притопом. Подготовка к верёвочке и верёвочка. Молоточки вперёд, назад. Мальчики: полуприсядка, присядка с ударом рукой по голенищу, с хлопками, с выносом ноги на пятку. Подсечка. Разножки. Полька на низких полупальцах.

Танцевальные фигуры: карусель, звёздочка, корзиночка, круг, ручеёк, змейка. Элементы прибалтийских, немецких, русских, венгерских, молдавских, современных танцев. Просмотр рисунков народных костюмов. Русские сказки, прибалтийские, молдавские, немецкие.

Общее и различие в обычаях народов. Народные игры. Прослушивание грамзаписи или нотный материал.

Практика: Станок: Подготовительные движения рук (из подготовительного движения, рука работающая открывается через I позицию во II позицию и закрывается на талию). Полуприседание (demi plie) и полное приседание (grand plie) по I, II, III, VI позиции, плавные и резкие. Battement tendu – скольжение носком во всех направлениях, с выносом на пятку. Подъёмы опорной пятки. Переступания на полупальцах – в разных ритмических сочетаниях. «Ковырялочка» - разучивание у станка, сначала лицом к станку. Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги н. носок с переводом стопы на ребро каблука (вперёд, в сторону, назад) лицом к станку. Скольжение по ноге (подготовка к верёвочке). Открытое и закрытое положение м/р 4/4. Броски от щиколотки с вытянутой стопой. Сокращённая стопа. Перегибания корпуса. Положение работающей руки за голову.

Упражнения на середине зала.

Русский шаг, тройной шаг, шаг с ударом. (Шаги с открыванием рук из положения на поясе через I позицию во II позицию и обратно на пояс).

Бег: по одному, змейкой в кругу, парами. Подбивка с шагом, попеременная подбивка с бегом.

Положение рук в групповых танцах «Воротники», «Ручеёк».

Галоп в паре (Танец «Бесконечный»).

Хлопки по ладошам партнёра, прыжки на двух ногах. (Полька «Хлопушка»).

Галоп с ударом «Моталочка».

«Блинчики» - прыжки на двух ногах (согнутые в коленях, прямые) с поворотом на 90^0 , 180^0 , 360^0 .

«Ковырялочка» - без подскоков и с подскоком, с тройным притопом.

«Гармошка» - одновременные повороты обеих стоп в выворотное и невыворотное положение I позиции.

«Молоточки» - удары полупальцами в пол сзади.

Правила исполнения поворотов на месте и в движении.

3.4 Элементы историко-бытового и современного танца

Теория: Особенности танцев XVIII века – полонез, экосез. Музыка, стиль, манеры, причёски, костюмы.

Практика: Композиция из пройденных элементов историко – бытового танца. Положение рук, корпуса, головы. Па польки, па шассе, движения полонеза. Французский танец «Колокольчик», полька «Крестом».

3.5 Танцевальная импровизация

Практика: Музыка русская народная. Упражнение: ритмическая игра «Эхо». Задающий ученик должен выразить характер музыки движением ног, рук. Исполняющие задания должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо.

Упражнения: «Вопрос – ответ», типа перепляса. Музыка народная. Ученики встают друг против друга, затем исполняют импровизацию. Один ученик задаёт ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движениями.

Упражнение «Ритм – загадка». Руководитель задаёт ритмический рисунок в музыкальном размере $2/4$, $4/4$, $3/4$. Ученики «отвечают».

3.6 Танцевально-ритмическая гимнастика

Практика: Ритм – танец «Роботы», шаг робота в сочетании с движением рук. Повороты корпуса с наклонами, «Робот заржавел», «Маслёнка», покачивания.

Ритм – танец «Белочка». Прыжки на двух ногах вперёд – назад, качание на «качелях».

Ритм – танец «Солдатик». Прыжки на двух ногах, разножка. Движения «ружьё», «колоть», марш на месте и в повороте. Перестроения по линиям, прочёс, дв. Повороты в паре, тройками.

Музыкальная подвижная игра: «Жмурки», «Усни – трава».

3.7 Стретчинг

Практика: Упражнения: «Уголок». «Мальчик». «Кошечка». «Броски» (grandbattente) исходное положение, затем сильный бросок ногой. «Броски» (puente) исходное положение и вытянутая правая нога на вступление выносятся назад носком в пол. Сильный бросок ноги вверх и возврат на пол носком. Исполняется необходимое количество бросков. Спина прогибается.

«Кораблик» – лёжа на животе. «Рыбка» - лёжа на животе. «Лошадка», «Мячик» с продвижением по кругу, диагонали.

4. Постановочная работа

Теория: Раскрытие сюжета или темы номера посредством пластики, костюмов, музыки, танцевального стиля. Смысл происходящего на сцене.

Практика: Постановка движений, танцевальных комбинаций. Постановка танцевального номера.

5. Беседы

Теория: Создание балетного спектакля. Содружество либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей. Беседа о балете П.И.Чайковского «Лебединое

озеро». Краткая история создания балета. Тема добра и зла в балетах Чайковского. Беседы о самых знаменитых мастерах балета России: Т.Вячеслова, Н.Дудинская, А.Истомина, И.Колпакова, М.Кшесинская, М.Плисецкая, М.Лиёпа, Г.Уланова.

6. Прослушивание музыки

Практика:

Прослушивание в записи фрагментов балетов П.И. Чайковского, просмотр видеофильмов.

7. Воспитательно – познавательные мероприятия.

Практика: Экскурсии в музеи, театры; концерты, выступления.

8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов работы объединения за год.

Учебно – тематический план 3 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	2	2	-
2.	Постановочная работа.	50	4	46
3.	Репетиционная работа.	50	2	48
4.	Учебно – тренировочная работа.	169	19	150
4.1	Азбука музыкального движения.	13	1	12
4.2	Элементы классического танца.	60	6	54
4.3	Элементы народно – сценического танца.	40	6	34
4.4	Элементы историко-бытового танца.	12	2	10
4.5	Элементы аэробической гимнастики	14	2	12
4.6	Стретчинг.	30	2	28
5.	Беседы.	4	4	-
6.	Прослушивание музыки.	4	-	4
7.	Воспитательно – познавательные мероприятия.	7	-	7
8.	Итоговое занятие.	2	2	-
	Итого:	288	33	255

Содержание 3 год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с программой обучения. Обсуждение плана концертных выступлений объединения на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Постановочная работа

Теория: Раскрытие сюжета или темы номера посредством пластики, костюмов, музыки, танцевального стиля. Смысл происходящего на сцене.

Практика: Постановка движений, танцевальных комбинаций. Постановка танцевального номера.

3. Репетиционная работа

Теория: Понятие репетиция. Значение для создания танцевального номера.

Практика: Тщательная проработка разучиваемых движений для различных танцев, как для нового номера, так и ранее поставленного танцевального номера.

4. Учебно – тренировочная работа

4.1 Азбука музыкального движения

Теория: Динамические оттенки в музыке. Прослушивание музыки: Бетховен, Чайковский, Скарлатти, Бах, Глазунов.

Практика: Различные упражнения на развитие музыкальности (осуществляется непосредственно на занятиях классического и народно – характерного танцев).

4.2. Элементы классического танца

Теория: Основные правила движения у станка. Понятие *an deore, an dedans*. Движения связки. Выработка устойчивости в позах классического танца. Координация движений в *Port de brases*. Работа на пуантах. Основные понятия и элементы классического танца.

Практика: Па суеви – по линиям, диагонали в поворотах на 360^0 . Разучивается сначала у станка. Опускание на колено, исполнение наклонов в сторону смешенное положение рук. *Exercise* у станка (одной рукой за станок). *Grand* и *demi plie* по всем позициям. *Mp* 2\4. *Battement tendu* во всех направлениях в сочетании с рукой и элементами классического танца *Mp* 2\4. *Battement tendu jete* во всех направлениях с элементами классического танца. *Mp* 2\4. *Battement tendu* на целую стопу с обводом и растяжкой. *Rond de jamb part terre*. *Mp* 2\4, 3\4. *Battement tendu* на целой стопе и с подъёмом на полупальцы. *Battement frappe* 4\4, 2\4 во всех направлениях *preparation* для руки и ноги. *Duobbe frappe* - нога в воздух. *Petit Battement releve liande* во всех направлениях (с элементами классического танца), 2\4 *rond de jambe par tete m/p* 2\4, 3\4. с обводом и растяжкой *an deore* и *an dedane* – через (.) 1 поз. Темп – *модерато*. Растяжки. Положение *Sur le sou-de peed, sote* по всем позициям. *Temps leve* – V поз.

Sissone simple- вперёд, *pas ballane, balans*. Тур из V, II поз. Изучается сначала у станка. Каждое упражнение *Exercise* у станка вносит в работу мышц, тазобедренного сустава и коленного сустава новое дополнение: вводится подъём на полупальцы, комбинации становятся более трудными, в ряде движений увеличивается темп.

Part de brase, arabesc 1, 2, crousce efface (маленькие позы), *pas echappe*. Вертушки: тур *chaines jete*. Движение на пальцах: *plie demi, grand releve, echappe, pas de burre* без перемены ног и с переменной ног, *ballone туры* из V, II поз. Движения на пуантах выборочно (в группе не исполняется).

4.3 Элементы народно-сценического танца

Теория: Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Хороводы и кадрили, польки.

Практика: Повторяются упражнения у станка. Вводятся новые движения.

Demi plie – 2\4 в характере русском, украинском в сочетании с *releve*.

Battements tendus – с ударом стопой.

Battements tendus Jetes – с ударом пятки опорной ноги.

Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка».

Подготовка к «штопору» и «штопор».

Выстукивание (без поворота и с поворотом через станок на 180^0).

«Маятник» - через I поз. Броски вперёд, назад, с постепенным увеличением высоты броска.

Русский танец. Положение рук в парном танце.

Движения рук: переводы в различные положения, навыки в обращении с платком, корзинкой. Ходы: закрепляются навыки и знания 1 и 2 годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперёд и назад.

«Девичий шаг» с переступанием.

«Верёвочка» простая и с переступанием.

«Припадание» - на месте, с продвижением, с поворотом 360^0 , в кругу.

Перестроение в кругу и шеренге, обходы и переходы в шеренге.

«Ковырялочка» - подскоком и тройным ударом.

«Моталочка», «Молоточки».

4.4 Элементы историко-бытового танца

Теория: Стиль и манеры XVIII - XIX вв. Движения, костюмы, иллюстрации художников, эскизы театральных костюмов. XII – XIX вв. басседансы (прогулочные танцы), бранль.

Практика: Па шассе, па польки в паре, па вальса – соло, композиции из пройденных элементов.

Одинарный, двойной бранль, переходы в танце, «Колокольный звон», веселый бранль.

4.5 Элементы аэробической гимнастики

Теория: Значение гимнастики для жизнеспособности организма человека. Гибкость как важнейшее качество организма.

Практика: Ритмично –танцевальная гимнастика в ритме диско, джаз, поп и рэп, музыкальные обработки. Импровизация на заданные темы, на различные музыкальные сопровождения.

Выполнение упражнений:

- Упражнения на осанку (правильная осанка способствует нормальному функционированию всех органов);
- Упражнения для мышц шеи (упр. Выполняется мягко, плавно, без лишних рывков);
- Упражнения для позвоночника.
- Упражнения для плечевых суставов.
- Упражнения для тазобедренных суставов.
- Упражнения для голеностопных суставов.
- Упражнения для брюшного пресса.
- Растяжки (выполняются в медленном темпе, соло, по парам).

4.6 Стретчинг.

Теория: В основе занятий упражнения, использующие чередование растягивания и расслабления в сочетании с концентрацией внимания на своих движениях, ощущениях, эмоциях и представлениях.

Практика: Повторяются упражнения первого года обучения, усложняются и добавляются новые движения: заноски, перекаты, броски ног, круговые движения ног и т.д.

5. Беседы

Теория: Создание балетного спектакля. Содружество либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей. Беседа о балете П.И. Чайковского «Лебединое озеро». Краткая история создания балета. Тема добра и зла в балетах П.И. Чайковского. Прослушивание в записи балетов П.И. Чайковского, просмотр видеофильмов. Беседы о самых знаменитых мастерах балета в России: Т.Вячеслова, Н.Дудинская, А.Истомина, И.Колпакова, М.Ксешинская, М.Плисецкая, М.Лиёпа, Г.Уланова. Просмотр видеоматериала «Международный конкурс артистов балета»

6. Прослушивание музыки

Практика: Прослушивание музыки.

7. Воспитательно – познавательные мероприятия

Практика: Экскурсии в музеи и театры, концертные выступления, конкурсы.

8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов работы объединения за год.

Учебно – тематический план 4 год обучения

№ п\п	Наименование разделов и тем	Кол– во часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Постановочная работа	50	2	48

3.	Репетиционная работа	50	-	50
4.	Учебно – тренировочная работа	176	8	168
4.1	Азбука музыкального движения	7	1	6
4.2	Элементы классического танца	65	4	61
4.3	Элементы народно – сценического танца	40	2	38
4.4	Элементы историко-бытового танца	15	1	14
4.5	Элементы аэробической гимнастики	10	-	10
4.6	Стретчинг	39	-	39
5.	Беседы	2	2	-
6.	Прослушивание музыки	2	-	2
7.	Воспитательно – познавательные мероприятия	4	-	4
8.	Итоговое занятие	2	2	-
	Итого:	288	16	272

Содержание 4 год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с программой обучения. Обсуждение плана концертных выступлений объединения на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Постановочная работа

Теория: Раскрытие сюжета или темы номера посредством пластики, костюмов, музыки, танцевального стиля. Смысл происходящего на сцене.

Практика: Постановка движений, танцевальных комбинаций. Постановка танцевального номера.

3. Репетиционная работа

Практика: Тщательная проработка разучиваемых движений для различных танцев, как для нового номера, так и ранее поставленного танцевального номера.

4. Учебно – тренировочная работа

4.1 Азбука музыкального движения

Теория: Темповые обозначения: адажио – медленно, вива – живо, анданте – неспеша, аллегро – скоро, бодро.

Практика: Применительно к практическому материалу по классическому, народно – сценическому и историко-бытовому танцу.

4.2 Элементы классического танца

Теория: Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности – однонаправленные, разнонаправленные, одновременные движения (ног, рук). Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну, с одной на две). Критерии исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актёрской выразительности).

Практика: Занятие состоит из упражнений у станка и упражнений на середине зала; последние делятся на exercise, adagio, allegro.

Музыкальное сопровождение занятия требует большего разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпа.

Упражнения у станка.

Медленные relevés на полупальцах сочетаются с быстрыми, чередуя relevés на две четверти и на каждую четверть. Battement de terre – натянутые движения ноги с колющим броском в пол.

Battement fondu – носком в пол по всем направлениям. Размер 3\4, 2\4.

Battement double frappe – движение с двойным ударом. Размер 2\4.

Battement developpe – разворачивающие движения. Размер 3\4, 4\4.

Adagio. Характер плавный, связный.

Маленькие позы, заключающие упражнения круазе и эффазе. Rond de jambe en l'air.

Preparation к rond de jambe en l'air сначала расчленяется на два момента, в которых подчёркивается переход с целой ноги на полупальцы.

Наклон корпуса вперёд Port de brasse позволяет углубить demi plie на опорной ноге, не отделяя пятку от пола.

Battement developpe passé – passé, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы в другую позу, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90°. Элементарное adagio.

Позы классического танца сочетаются в элементарном на музыкальную фразу не менее 8 – 16 тактов.

Позы исполняются не только из V позиции в V, но и с переходом из одной позиции в другую через passé на 90° и passé через I позицию.

В адажио входят также Port de brases, releve на полупальцах в позициях и pas de bourres. Так прививаются навыки координации различных движений и танцевальность.

4.3 Элементы народно – сценического танца

Теория: Поэзия и бытовые краски в прибалтийских и финских танцах. Народные костюмы. Музыка и ритмы. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни. Сказки, былины и игры детей разных национальностей. Показ рисунков национальных костюмов. Музыкальные характеристики танцев (нотный материал, CD запись, видео-просмотр).

Практика: 1) Упражнения у станка. Повторение изученных элементов в более быстром темпе и несколько усложнённом ритмическом рисунке.

Упражнения на середине зала. Повторяются элементы движений в комбинациях. Вращения по диагонали, кругу, на подскоках.

2) «Ковырялочка» с подскоком на 45°, «штопор». Вертушки, «блинчики», тур VI позиции. Выстукивающие движения, характерные по музыкальному оформлению.

Комбинации их не ограничены. В основе выстукивания лежат удары быстрее всей стопой и её частями по полу. Для мальчиков: элементы трюков «Щучка», «Присядка», «Лягушка», подсечки, присядка, присядка с выбрасыванием ног в сторону.

3) Украинский танец.

«Верёвочка» - с небольшим подскоком на опорной ноге и полуприсяданием, на месте, с продвижением назад, с поворотом.

Ходы «Бегунец» - длинный шаг вперёд с прыжком; с двумя последующими шагами на низких полупальцах.

«Дорожа простая» - припадания.

«Тынок» - перескок с одной ноги на другую в сторону с последующими двумя переступаниями.

«Голубец» - подбивание ноги открытой в сторону, другой в прыжке, на месте с продвижением.

4) Движения финского танца.

Положение рук. В шеренге – «верёвочка», в паре – «лодочка».

Движения ног «Стрелочки». Исполняется по одному – подскок на левой ноге, правая нога выносится вперёд на 30°, подскок на левой ноге, правая нога выносится назад (исполняется необходимое количество раз). Также исполняется в паре, но с противоположных ног.

«Галоп с подскоком» - в паре и по одному.

«Шен» - по кругу с ударом рук.

Повороты по линиям с высоко поднятыми коленями и акцентированным ударом.

4.4 Элементы историко-бытового танца

Теория: Живой, весёлый характер польки. Содержание полонеза. Подбор фотографий, эскизов. Просмотр видеоматериалов» Историческая реконструкция балов»

Практика: Па польки в парах (положение рук). Вальс в паре (положение рук). Разновидность бранлей. От бранля к менуэту.

4.5 Элементы аэробической гимнастики

Практика:

- Упражнения на гибкость.
- Упражнения для мышц шеи, голеностопного сустава, мышц живота, тазобедренного сустава, позвоночника, плечевых суставов.
- Упражнения на растяжки. Занимательная гимнастика. Движения на растяжку исполняются как соло, так и в паре. Упр. Исполняются под диско-музыку, поп, рэп, фортепиано, импровизация на современную музыку.

4.6 Стретчинг

Практика: Все упражнения направлены на активизацию защитных сил организма, овладение навыками совершенного управления своим телом, развитию и высвобождению скрытых творческих и оздоровительных возможностей подсознания. Используются приёмы лечебной физкультуры, йоги, биоэнергетики, аэробики, хореографии, современного танца.

Вводный ритмо – статический комплекс, статический Стретчинг. Динамический стретчинг: работа «с мышечным панцирем», активные упражнения по сбросу негативных энергетик.

5. Беседы

Теория: Танцевальные формы на основе симфонической музыки в классическом балете. Балеты начала XX века: «Петрушка» И.Стравинского в постановке Фокина. Идея балета, персонажи, музыкальные характеристики. Эскизы костюмов, фотографии исполнителей.

Героическая тема советских балетов: «Пламя Парижа» Б. Астафьева, Балетмейстер В. Вайнонен; «Спартак» А.Хачатуряна, балетмейстер Ю.Григорович. Идея спектакля, тема, сюжет. Средства выражения. Прослушивание фрагментов из балетов. Создание балетного спектакля. Мастера балета, их творческие портреты.

В творческую работу включён подбор фотоматериалов, видео – фильмов, аудиозаписей, посещение спектаклей, организованный просмотр телевизионных программ о балете и творчестве мастеров балета России и зарубежных стран, рефераты и презентации.

6. Прослушивание музыки

Практика: Прослушивание музыки.

7. Воспитательно – познавательные мероприятия

Практика: Экскурсии в музеи и театры, концертные выступления, конкурсы.

8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов работы объединения за год.

Учебно – тематический план 5 год обучения

№ п/п	Наименования разделов и тем	Кол-во часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Постановочная работа	60	2	58
3.	Репетиционная работа	60	2	58
4.	Учебно – тренировочная работа	200	22	178
4.1	Азбука музыкального движения	10	1	9
4.2	Элементы классического танца	72	8	64
4.3	Элементы народно-сценического танца	50	8	42

4.4	Элементы историко-бытового танца	18	2	16
4.5	Элементы аэробической гимнастики	10	1	9
4.6	Стретчинг	40	2	38
5.	Беседы	4	-	4
6.	Прослушивание музыки	4	-	4
7.	Воспитательно – познавательные мероприятия	12	-	12
8.	Концертная деятельность	16	-	16
9.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	360	28	332

Содержание 5 год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с программой обучения. Обсуждение плана концертных выступлений объединения на текущий год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Постановочная работа

Теория: Раскрытие сюжета или темы номера посредством пластики, костюмов, музыки, танцевального стиля. Смысл происходящего на сцене.

Практика: Постановка движений, танцевальных комбинаций. Постановка танцевального номера.

3. Репетиционная работа

Теория: Значение для создания танцевального номера.

Практика: Тщательная проработка разучиваемых движений для различных танцев, как для нового номера, так и ранее поставленного танцевального номера.

4. Учебно – тренировочная работа

4.1 Азбука музыкального движения.

Теория: Выразительные средства музыки и танца. Легато, стаккато. Вальсы: Ф.Шопена, М.Глинки, П.Чайковского, И.Штрауса, С.Прокофьева, Д.Шостаковича и т.д.

Практика: Прослушивание музыки. Просмотр балетов и выступлений национальных ансамблей.

4.2 Элементы классического танца

Теория: Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях, закономерности переходов рук из одного положения в другое. Законы общей координации движений тела, ног, корпуса головы, рук. Законы равновесия – эстетика и техника.

Практика: Повторение всего пройденного материала и его исполнение в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями.

Батман фраппе на 45 в позах круазе, эффасе. Рон де жамб пар тэр на деми плие. Mр 3\4.

Батман фондю на 45, дубль батман фондю 3\4. Батман сютеню – носком в пол. Размер 3\4.

Темп – модерато. Релеве лян во всех направлениях.

Батман девелоппе баллоне, плавное, связанное.

Перегибы корпуса вперед, назад, по I и II позиции (держась за станок одной рукой).

Па ассамблее – Собранный прыжок (изучается лицом к станку); с открыванием в сторону (продвижение вперед, назад).

Шанжман де пье, па балансе.

На середине: пор де бра I, II, III, IV – развивает танцевальную координацию и чувства позы.

Большие позы круазе и эффасе на 45, вперед и назад. Темп – анданте.

Маленькие пируэты сюр лек у де пье из V, VI позиции.

Маленькие адажио из пройденных элементов.

4.3 Элементы народно-сценического танца

Теория: Повторение всех пройденных элементов с более усложнёнными комбинациями в быстром темпе.

Практика: Молдавский танец. Положение рук, положение ног. Положение в паре. Ходы. Бег вперёд с поочерёдным отбрасыванием согнутых ног назад, шаг с последующим прыжком. Плавные поочерёдные шаги в перекрещенном положении с продвижением в сторону. Вращения в паре. Движения по линиям и в кругу и т.д.

«Голубец» - украинское движение. Ход «Бегунец», «Тынок» и т.д.

Элементы латиноамериканских танцев. Особенности положения рук.

«Дорожка с подбивкой». Повороты. «Спираль» - поворот на месте с последующим отходом в открытое положение.

«Разножка» - движение-прыжок на двух ногах, в воздухе II позиция ног, исполнение с движением рук.

«Бег на месте» - высоко подняты ноги, согнутые в коленях и подняты назад в сочетании с движением рук.

«Движение шаг с винтом» - выбрасывается вперёд правая нога, «винт» на двух ногах, затем левая нога и «винт». Исполнение на месте и в повороте по точке.

Движения венгерского танца (чардаш одинарный, двойной, ключ в развитии, веревочка итд.)

Испанский танец (разновидность шага, повороты, дроби и тд.)

4.4 Элементы историко-бытового танца

Теория: Происхождение вальса. Место вальса в балетном спектакле. Различные стили вальсов. Классические вальсы М.Глинки, П.Чайковского, И.Штрауса и т.д. Современная пластика и ритмы. Массовые современные танцы.

Практика: Живой, весёлый, быстрый характер польки. Па польки в паре. Вальс в паре (композиция из пройденных элементов). Современная пластика и ритмы. Движения хип-хоп. Вертушки, перекаты, прыжки, выпады.

4.5 Элементы аэробической гимнастики

Теория: Значение гимнастики для жизнеспособности организма человека. Гибкость как важнейшее качество организма.

Практика: Ритмично – танцевальная гимнастика в ритме диско, джаз, поп и рэп, музыкальные обработки. Импровизация на заданные темы, на различные музыкальные сопровождения.

Выполнение упражнений:

- Упражнения на осанку (правильная осанка способствует нормальному функционированию всех органов);
- Упражнения для мышц шеи (упр. Выполняется мягко, плавно, без лишних рывков);
- Упражнения для позвоночника.
- Упражнения для плечевых суставов.
- Упражнения для тазобедренных суставов.
- Упражнения для голеностопных суставов.
- Упражнения для брюшного пресса.
- Растяжки (выполняются в медленном темпе, соло, по парам).

4.6 Стретчинг

Теория: Расширение запаса целенаправленных двигательных навыков, согласование работы мышечных групп. Развитие ощущения частей тела. Преодоление слабости отдельных мышечных групп, нормализация тонуса мышц. Исполнить свободную импровизацию на классическую и современную музыку.

Практика: Улучшение подвижности в суставах: на полу, заноски, лягушка, бабочка, луч, перекаты на спине, полные перекаты – бревно и т.д. Танцевальная аэробика на основе классических балетных поз и движений. Исполнить этюд на заданную тему: «Цветок».

Пластический этюд. Сочетание мягких и острых движений. Этюды: «Птица», «Баба-Яга» и т.д.

5. Беседы

Теория: Танцевальные формы на основе симфонической музыки в классическом балете. Балеты начала XX века: «Петрушка» И.Стравинского в постановке Фокина. Идея балета, персонажи, музыкальные характеристики. Эскизы костюмов, фотографии исполнителей. Героическая тема советских балетов: «Пламя Парижа» Б. Астафьева, балетмейстер В. Вайнонен; «Спартак» А.Хачатуряна, балетмейстер Ю.Григорович. Идея спектакля, тема, сюжет.

Средства выражения.

Прослушивание фрагментов из балетов. Создание балетного спектакля.

Мастера балета, их творческие портреты.

В творческую работу включён подбор фотоматериалов, видео – фильмов, аудиозаписей, посещение спектаклей, организованный просмотр телевизионных программ о балете и творчестве мастеров балета России и зарубежных стран.

6. Прослушивание музыки

Практика: Прослушивание музыки.

7. Воспитательно – познавательные мероприятия

Практика: Экскурсии в музеи, театры, мероприятия в учреждении.

8. Концертная деятельность

Практика: Выступления на конкурсах и мероприятиях разного уровня (учреждение, район, город, международные).

9. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов работы объединения за год.

Методическое обеспечение

Учебно – методический комплект педагога и учащихся:

Учебные и методические пособия

Сборники:

1. «Русский танец», 1970 – 1980 гг. Москва, 1965.
2. Ткаченко Т. «Народные танцы», Москва, 1975.
3. Костровицкая В., Писарев Л. «Школа классического танца», Ленинград, 1968.
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», Москва, 1963.
5. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения», Москва, 1991.
6. Захаров Р. «Записки балетмейстера», Москва, 1976.
7. Кристофер О. «Стретчинг для всех», Москва, 2002.
8. Васильева – Рождественская «Историко-бытовой танец», Москва, 1987.

Журналы:

1. «Балет».
2. «Студия Антре».
3. «Пяти па».
4. «Вестник академии русского балета им. Вагановой» № 3, 4, 5, 1995 год.

Наглядные пособия:

1. «Портреты русских композиторов».
2. «Портреты советских композиторов».
3. «Мастера Большого театра» (открытки).
4. «Музыкальные инструменты» (открытки).

Методические материалы:

1. Сценарии хореографических спектаклей (« Снежная королева» и др.).
2. Комплект загадок-обманок для детей.

3. Сценарии детских праздников, игр, конкурсов.
4. Подборка: игры-шутки, игры-минутки.
5. Лекционный материал.
6. Презентации по темам занятий.
7. Материалы по проведению видео-занятий.

Нотный материал: классической, народной музыки, современных балльных и джазовых композиций.

Дидактические материалы:

- открытки ("Артисты Большого театра", "Балльные танцы", "Народный танец" и др.);
- схемы постановочных номеров;
- фото артистов балета;
- фотоальбомы из опыта работы;
- материалы выступлений коллектива на CD -дисках (записи выступлений ансамбля «Золушка», хореографические спектакли: "Снежная королева", "Стойкий оловянный солдатик", "В гостях у матушки природы" и другие;
- фонотека: аудиокассеты (классика, народные мелодии, джаз, диско, реп, детские танцы и песни и т.д.)
- видеофильмы на DVD -дисках (об артистах балета, детских хореографических коллективов, мастеров балета, уроки в английской балетной школе, балет «Ромео и Джульетта», М. Бежар, балеты "Копселия", "Лебединое озеро", "Щелкунчик", "Анна Каренина", "Шедевры мирового балета", "Звезды русского балета", "Танцующие призраки", "Фуэте" и другие);
- иллюстративные материалы к сценариям и методическим разработкам хореографических постановок "Стойкий оловянный солдатик", «В гостях у Матушки Природы» и др.

Конспекты занятий:

1. "Классический танец".
2. "Многоликий бранль".
3. "Народно-характерный танец".

Информационные и справочные материалы:

1. Е.Н.Домрина «Беседы о музыке» издательство «Просвещение» 1982 год.
2. И.В.Нестьев «Учитесь слушать музыку» издательство «Музыка» 1987 год.
3. Я.Платек «Под сенью дружных муз» издательство «Советский композитор» 1987 год.
4. Н.Калинина «П.И.Чайковский» издательство «Детская литература» 1988 год.
5. С.Газарян «В мире музыкальных инструментов» издательство «Просвещение» 1989 год.
6. Г.Г.Тигранов «Арам Ильич Хачатурян» издательство «Музыка» 1987 год.
7. А.Юдин «Русская школа концертмейстерства» издательство «Невская нота» 2008 год.
8. «Музыка и ты» альманах для школьников издательство «Советский композитор» 1983 г.
9. «Музыка и ты» альманах для школьников издательство «Советский композитор» 1986.
10. «Музыка и ты» альманах для школьников издательство «Советский композитор» 1987.
11. «Музыка и ты» альманах для школьников издательство «Советский композитор» 1988.
12. «Музыка и ты» альманах для школьников издательство «Советский композитор» 1990.

Тематические методические пособия:

1. И.И.Очкурова «Роль концертмейстера в музыкальном развитии воспитанников хореографического коллектива» Санкт-Петербург ГБОУ ДОД ДДТ «Ораниенбаум».
2. Л.Бондаренко «Методика хореографической работы в школе» издательство «Музыкальная Украина» 1974 год.
3. В.Малашева, К.Потапов, И.Климкович, Н.Ерошенко «Музыкальная хрестоматия» для уроков классического танца I и II части – издательство «Музыка» 1967 год.
4. И.З.Мирова «Музыка для занятий танцевального кружка» издательство Музыка» 1958 г.
5. И.Климкович «Хрестоматия для уроков классического танца» издательство «Музыка» 1986 год.

6. Н.Ворновицкая «Музыка для уроков классического танца» издательство «Советский композитор» 1989 год.

Научная, специальная и методическая литература:

1. Г.Н.Бурова «Психофизиологические особенности развития ребёнка как основа учебно-воспитательной работы в хореографическом коллективе» Городской центр развития дополнительного образования Санкт-Петербург 2004 год.
2. Г.Панасюк «Хореография как метод формирования эстетической культуры учащихся» 2005 год.
3. Л.Ярмолевич «Принципы музыкального оформления уроков классического танца» издательство «Музыка» 1967 год.
4. Г.Безуглая «Концертмейстер балета» Санкт-Петербург 2005 год
5. Н.Ревская «Классический танец - Экзерсис» издательство «Композитор – Санкт-Петербург» 2004 год.
6. Л.Адеева «Пластика, ритм, гармония» издательство «Композитор-Санкт-Петербург» 2006 год.

Средства обучения, включающие информационные технологии обучения

Традиционные:

1. «Музыкальная хрестоматия для занятий хореографии» в 6 - ти частях. Составитель И.И.Очкурова «Репетиционный материал».
2. П.И.Чайковский «Отрывки из балета «Лебединое озеро» издательство «Музыка» 1986. г
3. П.И.Чайковский «Щелкунчик» издательство «Северный олень» 1996 год.
4. Русский императорский балет, выпуск 1 «Музыка из классических балетов», издательство «Северный олень» 1994 год. Составители Л.Лыскина и И.Котельник.
5. «Танцевальная музыка из классических балетов» издательство «Музыка» 1966 год.
4. Н.Мордасов «Сборник джазовых пьес для фортепиано», издательство «Феникс» 1999 год. Составители С.И.Бекина, Э.В.Соболева, Ю.К.Комальков.
5. «Играем и танцуем», издательство «Советский композитор» 1984 год. Составители С.И.Бекина, Э.В.Соболева, Ю.К.Комальков.
6. «Сельский хоровод», издательство «Советский композитор» 1987 год. Составитель Л.Волкова «Праздник нашей мамы», издательство «Музыка» 1985 год.
7. Л.Абелян «Песни, игры, танцы, шутки для моей малышки» издательство «Советский композитор» 1990 год.
8. Г.Новицкая «Урок танца», издательство «Композитор-Санкт-Петербург» 2003 год.

Современные:

1. CD диски:

- «Классика на все времена» Dicko club records.
- «Золотая классика. Популярные версии.» Ридерз Дайджест.
- «Бранли» сайт «Музофон ру.».
- «Музыкальные миниатюры».

2. DVD диски с фильмами-балетами:

- П.И.Чайковский «Лебединое озеро» в исполнении артистов Мариинского театра.
- П.И.Чайковский «Щелкунчик» в исполнении артистов Большого театра.
- П.И.Чайковский «Спящая красавица» в исполнении артистов Мариинского театра.
- Л.Минкус «Баядерка» в исполнении артистов Мариинского театра.
- Л.Минкус «Дон Кихот» в исполнении артистов Большого театра.
- А.Адан «Жизель» в исполнении артистов Государственного академического театра оперы и балета имени Т.Г.Шевченко.
- Х.Левеншольд «Сильфида» в исполнении артистов Михайловского театра.
- Л.Делиб «Коппелия» в исполнении артистов Большого театра.
- С.Прокофьев «Ромео и Джульетта» в исполнении артистов Большого театра.

Мультимедийные материалы:

1. Презентация «Стойкий оловянный солдатик» Очкурова И.И. 2011 год.

Компьютерные программные средства:

Microsoft Office Word 2007, Microsoft Office Excel 2007, Microsoft Office Publisher 2007, Microsoft Office Power Point 2007, Диспетчер рисунков, Организатор клипов, Mozilla Firefox, Yandex, Adobe Reader, Adobe Flash Player, Winrar, Word Pad.

Средства научной организации труда педагога и учащихся**Материалы для работы с детским коллективом:**

1. Сценарии спектакля хореографического ансамбля «Золушка»:

- «В гостях у дядюшки Перро» 2000 год.
- «Стойкий оловянный солдатик» 2003 год.
- «Обыкновенное чудо» 2004 год.
- «Новогодний аттракцион» 2009 год.

Беседы о музыке и танце:

1. «Музыкальный Петербург» 2002 год.
2. «Романтическое путешествие» 2004 год.

Учебно - методический комплект контроля**Диагностические материалы:**

- Параметры диагностических исследований.
- Диагностическое исследование двигательных способностей.
- Диагностическое исследование музыкальных способностей.
- Тестирование уровня общей физической и специальной подготовки учащихся (Тесты «Продольный шаг», «Сила мышц спины», «Мост» и т.д.).
- Анкета для определения уровня мотивации учащихся.

Материально – техническое обеспечение

Для занятий хореографического коллектива необходимо иметь просторное проветриваемое помещение с деревянным некрашеным полом (или пол Harlequin studio), оборудованное специальными станками и зеркалами (станок представляет собой хорошо отполированную круглую палку диаметром 5 см., которая прикрепляется к стене кронштейнами на расстоянии примерно 80 – 100 см. от пола и 30 см. от стены), а также:

- Музыкальный инструмент (пианино);
- Стеллажи;
- Специально оборудованная раздевалка для учащихся;
- Костюмы и специальная обувь;
- Гимнастические коврики для занятий;
- Костюмерная.

Реквизит: мячи, кубики, кегли, скакалки, бубны, ленточки, платочки и т.д.

Технические средства обучения:

- Музыкальный MP3 центр;
- Телевизор и видеомagneтофон;
- DVD проигрыватель;
- Ноутбук.

Кадровое обеспечение

Для обеспечения деятельности хореографического коллектива необходим концертмейстер на 36 академических часов в неделю.

Концертмейстер совместно с педагогом осуществляет образовательную и воспитательную деятельность в течение всего учебного процесса. Продолжительность образовательного процесса у концертмейстера:

- 1 год обучения – 144 часа в год
- 2 год обучения – 216 часов в год
- 3 год обучения – 288 часов в год
- 4 год обучения – 288 часов в год
- 5 год обучения – 360 часов в год

Список литературы для педагога

1. Базарова Н. Классический танец. – Л.: Искусство, 1975.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб.: Люкси, 1996.
3. Березина Л., Печанов Ю. Позвоночник гибок - тело молодо. - М.: Сов. спорт, 1991.
4. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - М., Л.: Искусство, 1964.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М., 1963.
6. Васильева-Рождественская М Историко-бытовой танец. - М.: Искусство, 1987.
7. Габович М.М. Душой исполненный полёт. - М., 1967.
8. Захаров Р. Сочинение танца - М.: Искусство, 1976.
9. Захаров Р. Записки балетмейстера. - М.: Искусство, 1989.
10. Зацепина Е., Климов А., Н. Толстая Народно-сценический танец. - М.: Искусство, 1976.
11. Костровицкая В., Писарев А. Школа Классического танца. - Л.: Искусство, 1976.
12. Колодницкий Г. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М.: Гном - Пресс, 2000.
13. Козловская Н. Урок на подготовительном отделении. – СПб.: Академия русского балета, 1995.
14. Карг Поэль Младшая муза. - М.: Современник, 1997.
15. Крысько В.Г. Психология и педагогика. М.: Владос, 2001.
16. Новер Ж. Письма о танце и балете. - М., 1965.
17. Освальд Кристофер, Баско Стенли Стретчинг для всех. - М.: Эксмо - Пресс, 2002.
18. Современный бальный танец. - М.: Просвещение, 1978.
19. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1996.
20. Те Роберт 5 минут растяжки. – Минск, 1999.
21. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. - М.: Искусство, 1996.

Список литературы для учащихся

1. Балет / Под редакцией В.К. Кузнецова Перевод с английского. М.: ООО Астрель, 2003.
2. Журналы серии Антре.
3. Журналы серии Пяти-па.
4. Журнал Балет.
5. История костюма. Ростов-на-Дону: Феникс, 2001.
6. Красовская В. Агриппина Яковлевна Ваганова. Л.: Искусство, 1989.
7. Кравченко Т. Галина Уланова. Смоленск: Русич, 1999.
8. Образы балета. Живопись и графика В.Косорукова. М.: Изобразительное искусство, 1988.

9. Поэль Карп. Младшая муза. М.: Современник, 1997.
10. Советские балеты: Краткое содержание. М.: Советский композитор, 1985.
11. Самые знаменитые. Мастера балета России. М.: Вече, 2002.
12. Я, Майя Плисецкая. М.: Новости, 2005.