Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Искра»
городского округа Самара

DN: C=RU, O="МБУ ДО ЦДОД ""Искра"" г.о. Самара", CN=Плотникова Т.Ю., E=cdod.samara@mail.ru
Местоположение: 00e77270dfa916ff0d
Дата: 2026.08.03 14:54:00+04'00'

Принята на заседании
педагогического совета
от 03 августа 2026 г.
Протокол № 4

Утверждаю:
Директор МБУ ДО
ЦДОД «Искра» г.о. Самара
_____Плотникова Т.Ю.

Приказ № 306-од 03 августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Хореографическая школа «Пластилин»

Возраст обучающихся - 7-15 лет
Срок реализации – 7 лет

Авторы-составители:
Давутова Юлия Сегеевна,
Добрышкина Валентина Федоровна,
Катков Игорь Геннадьевич,
Куликова Татьяна Анатольевна,
Суркова Любовь Анатольевна
педагоги дополнительного образования

Самара
Год редакции – 2026 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Среди непреходящих целей воспитания есть одна, выражающая наивысшее предназначение воспитания – обеспечить каждому человеку всестороннее и гармоничное развитие.

Традиционными составляющими воспитания являются умственное, физическое, трудовое и политехническое, нравственное и эстетическое воспитание.

Эстетическое или эмоциональное воспитание – базовый компонент воспитательной системы, главной задачей которого является формирование эстетических понятий, оценок, суждений, идеалов, потребностей, вкусов, способностей.

Художественное воспитание и образование – важное звено системы эстетического воспитания. Эстетическое воспитание формирует эстетическое отношение ко всем сторонам объективной и субъективной действительности. Художественное воспитание связано только с искусством. Художественное воспитание культивирует потребность в искусстве, способствует овладению «языком» его различных видов и жанров, развивает художественно-творческие способности и приобщает к участию в художественном творчестве.

Наряду с другими видами искусства хореография является неотъемлемой частью художественно-эстетического воспитания.

Особенностью танцевального искусства является то, что оно использует в качестве материала творчества человеческое тело, организовывая его движения по законам музыкальной гармонии. Процесс овладения определенными умениями и навыками исполнительского мастерства не только раскрепощает собственно художественное мышление, но и в большей мере накладывает отпечаток на мировосприятие и систему жизненных ориентировок, целей и ценностей.

Большую роль в воспитательно-образовательном процессе играют многочисленные художественно-творческие объединения: секции, студии, классы, кружки и т.д. в системе дополнительного образования.

Данная работа представляет собой комплексную программу по хореографии для детской хореографической студии.

Детская хореографическая школа «Пластилин» является определенным структурным подразделением Центра дополнительного образования детей и имеет три ступени:

подготовительное отделение;
основное отделение;
ансамбль.

Настоящую образовательную программу хореографической школы «Пластилин» образует комплект образовательных программ, рекомендуемый для использования в преподавании хореографии в учреждениях дополнительного образования.

Образовательные программы по предметам: «Ритмика. Балетная гимнастика», «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Современный танец» являются результатом коллективного труда педагогов дополнительного образования хореографической студии «Пластилин»: Брыкиной С.В., Добрышкиной В.Ф., Сурковой Л.А., Давутовой Ю.С., Куликовой Т.А., Быковой Н.М.

По уровню содержания программа является базовой.

По форме организации – групповая.

По широте охвата и взаимодействию содержания деятельности – допрофессиональной грамотности и общекультурной компетенции.

По срокам реализации программа долгосрочная.

Программа по хореографическому образованию предназначена для педагогов – хореографов дополнительного образования Центра, рассчитана на обучение детей в течение 7 лет, начиная с семилетнего возраста (детей первого класса обучения в общеобразовательной школе). Недельная нагрузка распределяется в зависимости от изучения следующих предметов:

Подготовительное отделение:

Ритмика. Балетная гимнастика: 1 г. о. – 3 раза по 2 часа.
2 г. о. – 3 раза по 2 часа.

Основное отделение:

Классический танец – 3 раза по 2 часа (3-7 г. о.)
Народно-сценический танец – 1 раз по 2 часа (3-7 г. о.)
Современный танец – 2 раза по 2 часа (3 г. о.)
2 раза по 2 часа (4-7 г. о.)
Акробатика – 1 раз по 1 часу (3-4 г.о.)
1 раз по 2 часа (5-7 г.о.)
Танцевальная практика – для групп до 10 человек включительно – 4 часа на группу,
– для групп от 11 человек– 6 часов на группу
Ансамбль нулевая группа – 4 часа
младшая группа – 4 часа
средняя группа – 4 часа
старшая группа – 4 часа

Программа охватывает большой временной период. Дети начинают заниматься в школе с семилетнего возраста и продолжают постигать хореографическое искусство на протяжении 7 лет.

На начальном этапе обучения, на протяжении двух лет, дети занимаются ритмикой и балетной гимнастикой. В это время происходит формирование и развитие танцевально-двигательных навыков. Это в свою очередь предполагает поэтапное усвоение материала с учетом возрастных особенностей учащихся. Также дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Одновременно с этим развиваются мышцы детей, укрепляется костный скелет – идет подготовка ребёнка к большим физическим нагрузкам, усиливающимся от года к году. Закончив обучение на подготовительном отделении, учащиеся могут продолжить свое образование на основном отделении. К этому времени ученики уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала. Таким образом, на основном отделении вводятся следующие дисциплины: классический танец, народно-сценический танец и современный танец. Приобретенные в процессе предметного обучения знания, умения, навыки закрепляются и тщательно отрабатываются на уроках танцевальной практики (индивидуально-групповые занятия). В учебном плане почасовая нагрузка этого предмета распределяется таким образом: для групп до 10 человек включительно – 4 часа на группу, для групп от 11 человек – 6 часов на группу. Такая форма занятий позволяет в наибольшей степени раскрыть творческие способности каждого ученика, выявить наиболее талантливых детей. Способствует их всестороннему развитию и становлению как личности.

И последняя дисциплина, отраженная в учебном плане – ансамбль. Часы ансамбля используются для развития хореографического мастерства, эмоциональной выразительности и художественно-творческих способностей. В группах ансамбля – нулевая, младшая, средняя,

старшая, танцуют наиболее способные и готовые к концертной деятельности учащиеся подготовительного и основного отделения.

В целях выполнения учебного плана необходимо предусмотреть часы работы концермейстера из расчета 100% от общего количества часов, отводимых на занятия по классическому танцу, народно-сценическому танцу и ритмике, балетной гимнастике. Также учитывается часовая нагрузка концертмейтеров для подготовки нотного материала, поиск и обновление репертуара, усовершенствование техники исполнения и подготовки к контрольным урокам и экзаменам.

Из танцевальных композиций, этюдов, хореографических миниатюр, созданных педагогами и учащимися на занятиях ансамбля, формируется репертуар хореографической школы «Пластилин».

Первоначальный вариант программы был разработан в 1995 году. За это время в программу были внесены дополнения и изменения. Опыт апробации программы на протяжении 7 лет показал, что дети успешно справляются с поставленными задачами и увлеченно постигают законы танцевального искусства.

Цели и задачи программы

Подготовительное отделение

1 год обучения

Цели:

1. Формирование личности с хореографическими способностями.
2. Развитие потенциальных возможностей воспитанников в хореографическом образовании.
3. Развитие основных метроритмических данных путем системной работы.
4. Привитие интереса к хореографическому искусству.

Задачи:

1. Развивать координацию движений, пластику тела, гибкость и силу мышц.
2. Развивать музыкально-ритмическую координацию.
3. Формировать основные знания, умения, навыки в процессе обучения ритмике и балетной гимнастике.

Подготовительное отделение

2 год обучения

Цели:

1. Формирование мышечно-слуховой координации учащихся младших возрастных групп.
2. Развитие потенциальных способностей воспитанников в области метроритмических навыков путем системных занятий ритмикой.
3. Развитие интереса учащихся к хореографическому искусству.

Задачи:

1. Развивать координационные метроритмические природные данные учащихся.
2. Развивать основные знания, умения, навыки в процессе обучения ритмической и балетной гимнастике с учетом психологических особенностей детей данной возрастной группы.
3. Развивать у учащихся положительное отношение и стремление к выступлениям в старших и средних классах студии.

Основное отделение

3 год обучения

Цели:

1. Формирование знаний и умений азбуки хореографического искусства.
2. Развитие и совершенствование физических данных воспитанников.
3. Развитие мотивации к обучению через хореографическую деятельность.

Задачи:

1. Развивать хореографическую память и двигательную координацию, укреплять силу и гибкость мышц на занятиях классическими, народными и современными танцами.
2. Развивать умение ориентироваться в пространстве.
3. Формировать устойчивое положительное отношение к занятиям по хореографии.

Основное отделение

4 год обучения

Цели:

1. Формирование у детей в процессе обучения понятий о культуре хореографических движений и азбуки хореографического искусства.
2. Формирование навыков осознанного исполнения танцевальных элементов на занятиях и при постановочной работе.
3. Развитие исполнительской культуры у обучающихся.

Задачи:

1. Развивать двигательную память и эмоционально-образное восприятие музыки.
2. Развивать навыки составления простейших танцевальных комбинаций.
3. Формировать умения и навыки техники выступлений на сцене.

Основное отделение

5 год обучения

Цели:

1. Развитие исполнительской техники путем усложнения учебных комбинаций по всем предметам.
2. Развитие навыков осознанного исполнения танцевальных композиций.
3. Воспитание сценической культуры.

Задачи:

1. Способствовать развитию технических навыков исполнения вращений.
2. Увеличение темпа исполнения движений и комбинаций.
3. Развивать способность к самоанализу и анализу исполнения движений.

Основное отделение

6 год обучения

Цели:

1. Совершенствование исполнительской техники при изучении различных дисциплин.
   Использование танцевальной техники в самостоятельной работе над этюдами по современному танцу.
2. Развитие навыков осознанного исполнения комбинаций в танцах собственного сочинения.
3. Воспитание внутренней культуры воспитанников и влияние их на микроклимат в классе, школе, среди друзей.

Задачи:

1. Развивать навыки исполнения усложненной метроритмической раскладки экзерсиса.
2. Развивать умения в составлении танцевальных этюдов на основе современного танца.
3. Развивать творческую активность обучающихся.

Основное отделение

7 год обучения

Цели:

1. Формирование потребности воспитанников в совершенствовании знаний.
2. Активное влияние воспитанников хореографической школы на окружающую среду и микросоциум.
3. Допрофессиональная ориентация.

Задачи:

1. Способствовать развитию у детей умений исполнять сложные технические танцевальные комбинации.
2. Развивать социальную активность воспитанников через участие в делах класса, школы, Центра и т.п.
3. Развивать самооценку и умение анализировать собственные успехи и неудачи в освоении исполнительского мастерства.

Ансамбль

Цели:

1. Пропаганда хореографического искусства воспитанниками хореографической школы среди сверстников, жителей района, города и т.д.
2. Совершенствование исполнительской техники классического, современного и народного танца.
3. Профессиональная ориентация.

Задачи:

1. Развивать творческую активность в процессе создания самостоятельных хореографических работ.
2. Участвовать в конкурсно-концертной деятельности Центра, района, города и т.д.

Поэтапное освоение программы

1 уровень – подготовительное отделение

1 год обучения – 7-8 лет.
2 год обучения – 8-9 лет.

2 уровень – основное отделение

3 год обучения – 9-10 лет.
4 год обучения – 10-11 лет.
5 год обучения – 11-12 лет.
6 год обучения – 12-13 лет.
7 год обучения – 13-14 лет.

3 уровень – ансамбль

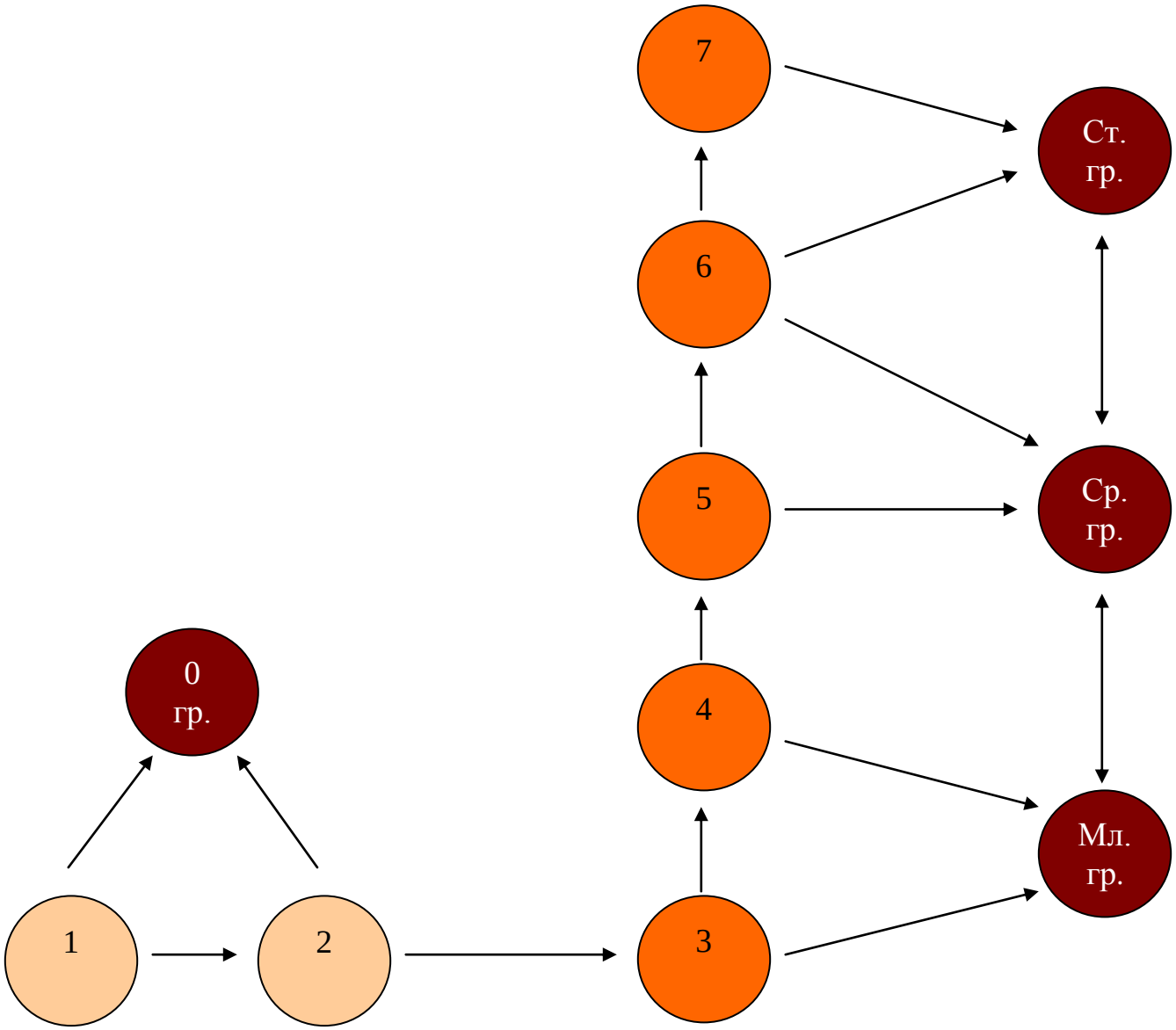
Нулевая группа.

Младшая группа.

Средняя группа.

Старшая группа.

Структура хореографической школы «Пластилин»



уровень

– подготовительный

– основной

– допрофессиональной подготовки

Учебный план

	Название предмета	Подготовительное отделение		Основное отделение				
		1	2	3	4	5	6	7
1	Ритмика	3	3	-	-	-	-	-
2	Балетная гимнастика	3	3	-	-	-	-	-
3	Классический танец	-	-	6	6	6	6	6
4	Современный танец	-	-	4	4	4	4	4
5	Народный танец	-	-	2	2	2	2	2
6	Акробатика	-	-	1	1	2	2	2
7	Танцевальная практика			4-6	4-6	4-6	4-6	4-6
8	Ансамбль, формирование репертуара	4		4		4		4
9	Итого	10	10	21-23	21-23	22-24	22-24	22-24

Диагностические исследования

Вид диагностических исследований	Предмет	Год обучения	Сроки						Контрольный урок	Контрольный урок	Экзамен
			IX	X	XI	XII	II	IV	XII	IV	IV
З У Н	Класси-ческий танец	3							2		2
		4							2	2	
		5							2		2
		6							2	2	
		7							2		2
	Совре-менный танец	3							2	2	
		4							2		2
		5							2	2	
		6							2		2
		7							2		2
	Народный танец	3							2	2	
		4							2		2
		5							2	2	
		6							2	2	
		7							2		2
	Акробатика	3							1	1	
		4							1		1
		5							2	2	
		6							2		2
		7							2		2
	Ритмика. Подг. отд.	1							2	2	
		2							2		2

Образовательная программа

«Ритмика. Балетная гимнастика»

Пояснительная записка

Образовательная программа по предмету «Ритмика. Балетная гимнастика» рассчитана на 2 года, что условно может совпадать с младшим школьным возрастом. Обучение учащихся на основном отделении хореографической школы начинается с 9 - 10 лет, поэтому наиболее оптимальный возраст для учащихся подготовительного отделения 7 – 8 лет.

Программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Обучение проводится в два этапа. На первом этапе (1 год обучения) создаётся возможность наиболее эффективного освоения азов ритмики, музыкальной грамотности, формирования основных двигательных навыков.

На втором этапе (2 год обучения) происходит совершенствование полученных знаний, изучение азбуки классического танца, освоение несложных элементов народного танца и некоторых приемов исполнения движений современного танца.

Таким образом, на подготовительном отделении, помимо формирования первоначальных двигательных навыков, происходит подготовка всего костно-мышечного аппарата к дальнейшему освоению программ основного отделения по предметам классический танец, народно-сценический танец, современный танец.

Освоением образовательной программы «Ритмика. Балетная гимнастика» можно завершить так называемый танцевальный всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, которые проявили интерес и способности к хореографическим жанрам, могут продолжать свое образование на основном отделении хореографической школы.

Данная программа состоит из следующих разделов:

I. Элементы ритмики и музыкальной грамоты (1 и 2 год обучения).

II. Элементы хореографической азбуки:

- Подготовительные упражнения, движения на 1 году обучения.
- Некоторые элементы и приемы исполнения движений классического народно-сценического и современного танцев на 2 году обучения.

III. Балетная гимнастика:

- Коррекция осанки, укрепление костно-мышечного аппарата на 1 году обучения.
- Развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, танцевального шага) на 2 году обучения.

Цель образовательной программы:

1. Формирование хореографических способностей.
2. Овладение навыками танцевального искусства.
3. Развитие и тренировка мышечной силы всего корпуса, пластики рук, грации и выразительности.

Задачи:

1. Развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости).
2. Развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации) изучение танцевальных элементов.
3. Развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.
4. Воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

Программа рассчитана на 2 года:

1 год обучения – по 2 часа 3 раза в неделю. Всего 216 часа.

2 год обучения – по 2 часа 3 раза в неделю. Всего 216 часов.

Реализацию учебной программы рекомендуется проводить поэтапно, используя в одном уроке несколько разделов программы, учитывая цели и задачи конкретного урока.

Практическим выходом реализации программы является подготовка хореографических номеров, а также участие в концертах.

Учебно-тематический план

1 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж. результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
	Комплектование групп	**2**			**2**	
	Введение в предмет.	**1**			**1**	опрос
I.	**Элементы ритмики и музыкальной грамотности.**		**53**		**53**	показ
II.	**Элементы хореографической азбуки.**	**1**			**1**	показ
	Подготовительные упражнения и движения.		**73**		**73**	
III.	**Балетная гимнастика.**		**58**		**58**	показ
IV.	**Диагностика.**			**4**	**4**	кон ур
V.	**Заключение. Обобщающий урок.**	**2**	**4**		**6**	зачёт
VI.	**Воспитательная работа.**	**6**	**12**		**18**	наблюд
ИТОГО		**12**	**200**	**4**	**216**	

2 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	**Элементы ритмики и музыкальной грамотности.**		**38**		**38**	показ
II.	**Элементы хореографической азбуки. Элементы и приемы исполнения движений классического, народного и современного танцев.**	**2**	**68**		**68**	показ
III.	**Танцевальная импровизация.**		**14**		**14**	зачёт
IV.	**Балетная гимнастика.**		**66**		**66**	показ
V.	**Диагностика.**			**4**	**4**	кон ур экзам
VI.	**Заключение. Обобщающий урок.**	**1**	**1**		**2**	зачёт
VII	**Воспитательная работа.**	**2**	**20**		**22**	наблюд
ИТОГО		**5**	**207**	**4**	**216**	

Содержание программы

1 год обучения
I полугодие

I. Элементы ритмики и музыкальной грамотности.

1. Определение общего характера музыки:
   - веселая - грустная;
   - спокойная - энергичная
   - торжественная;
   - плавная – отрывистая (легато – стаккато).
2. Строение музыкальной речи:
   - вступление;
   - окончание вступления;
   - вступление и окончание части, фразы.
3. Определение темпа музыки:
   - очень медленно;
   - медленно;
   - умеренно;
   - быстро;
   - очень быстро.
4. Игры на определение ритмического рисунка.

II. Элементы хореографической азбуки.
Подготовительные движения и упражнения.

1. Ознакомление с хореографическими терминами (по мере изучения соответствующих движений, положений встречающихся в учебной дисциплине).

2. Виды шагов:
   - бытовые, естественные шаги;
   - шаркающие шаги (всей подошвой);
   - шаги на пятках.

3. Виды бега:
   - легкий бег с вытянутыми пальцами ног;
   - бег с высоко поднятыми коленями;
   - бег с отбрасыванием согнутых коленей ног назад (носок вытянут);
   - боковой галоп (раскладка).

4. Постановка корпуса – проучивание позиции ног, рук:
   - VI позиция ног (пятки и носки соединены);
   - II позиция ног (стопы ног стоят параллельно на небольшом расстоянии друг от друга);
   - Подъем рук через стороны вверх и опускание вниз с проучиванием промежуточных положений рук.

5. Движения головы, плеч, корпуса:

- повороты головы вправо, влево;
- наклоны головы вправо, влево;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно);
- наклоны корпуса с поднятыми вверх руками, с право налево и обратно, с постепенным уменьшением и увеличением амплитуды движения.

6. Навыки ориентации в пространстве танцевального зала:

- понятия:
  - колонна;
  - шеренга;
  - диагональ;
  - линия;
  - круг, полукруг.
- продвижения:
  - по прямой линии;
  - по диагонали;
  - вперед-назад.
- перестроения:
  - из линии в круг и обратно;
  - из колонны в круг и обратно;
  - из круга в диагональ.

III. Балетная гимнастика.

Коррекция осанки, укрепление костно-мышечного аппарата.

1. Упражнения на исправление некоторых недостатков осанки: сутулости, седлообразной спины, асимметрии лопаток; исправление Х-образных и О-образных ног.
2. Упражнения на напряжение и расслабление мышц.
3. Упражнения для повышения гибкости суставов, улучшения эластичности мышц и связок.
4. Упражнения на развитие выворотности ног (стопы, тазобедренного, коленного суставов).

IV. Диагностика.

1. Мотивации (анкетирование воспитанников);
2. Результатов обученности.

II полугодие

I. Элементы ритмики и музыкальной грамотности.

1. Отражение характера музыки в движениях и пластики.
2. Знакомство с метроритмом:
   - понятие «сильная доля»; «слабая доля»;
   - хлопки в ладоши, притопы, удары в сочетании с сильными и слабыми долями музыки;
   - сочетание движений ног с хлопками в ладоши.
3. Выделение сильных долей в музыке:
   - марш на сильную долю;
   - хлопок на сильную долю;
   - удар ногой в пол на сильную долю.
4. Музыкально-ритмические игры.

II. Элементы хореографической азбуки.
Подготовительные движения и упражнения.

1. Ознакомление с хореографическими терминами (по мере изучения соответствующих движений, положений встречающихся в данной дисциплине).
2. Виды шагов:
   - танцевальный шаг с вытягиванием пальцев ног;
   - шаги на полупальцах при вытянутых коленях;
   - шаги с высоко поднятыми коленями и вытянутыми пальцами ног.
3. Виды бега:
   - бег с подскоками;
   - разучивание положений рук при определенном виде шага, бега;
   - с выбрасыванием ног вперед на 25^{o} с вытянутым коленом и вытянутым носком.
4. Виды подскоков:
   - в сочетании с боковым галопом;
   - в парах;
   - с продвижением в различных направлениях (вперед, по диагонали, по кругу).
5. Постановка корпуса:
   - ознакомление с отделами позвоночника, способы выстраивания их в прямую линию;
   - развитие устойчивости;
   - перенос веса тела с одной ноги на другую;
   - упражнения для рук (плеч, запястий, локтей) повышающие их пластичность, выразительность;
   - промежуточные положения рук.
6. Движения головы, плеч, корпуса, рук, ног:
   - круговые движения головы справа налево и обратно;
   - круговые движения плечами вперед, назад, вправо, влево;

- наклоны корпуса вперед, вниз, вправо, влево;
- приседания и выпрямления ног по VI позиции, «пружинка», подготовка к прыжкам по VI позиции;
- прыжки по VI позиции в сочетании с поворотами корпуса по четвертям круга;
- прыжки из VI позиции во II параллельную позицию ног.

7. Навыки ориентации в пространстве зала:
   - использование понятий интервал, дистанция в продвижении:
     - вперед – назад;
     - вправо – влево;
     - по диагонали;
     - по кругу, полукругу.
   - перестроения:
     - из одной линии в колонну;
     - из двух линий в две колонны и обратно;
     - сужение и расширение круга.

III. Балетная гимнастика.

1. Упражнения для развития танцевального шага.
2. Упражнения для брюшного пресса.
3. Упражнения на дальнейшее наращивание силы мышц всего тела, особенно ног.
4. Дальнейшее усложнение упражнений для развития эластичности мышц и связок всего тела.
5. Упражнения для развития гибкости корпуса.

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

2 год обучения

I полугодие

I. Элементы ритмики и музыкальной грамотности.

1. Знакомство с понятиями метроритма:
   - определение музыкального размера произведения: 2/4, 3/4, 4/4;
   - прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков, состоящих из четвертей, восьмых, половинных и целых долей.
2. Развитие ритмической памяти:
   - понимание и отражение движениями основных размеров: 2/4 – полька, 3/4 – вальсовые движения, 4/4 – марш.
3. Развитие хореографической памяти и музыкальной выразительности:
   - самостоятельная передача учащимися характера музыки уже знакомыми движениями;
   - понятие «жест», «поза»;
   - музыкально-танцевальные импровизации на заданную тему.

II. Элементы хореографической азбуки.

1. Ознакомление с хореографическими терминами (по мере изучения соответствующих движений, положений встречающихся в данной дисциплине).
2. Элементы и приёмы исполнения движений классического, народно-сценического танцев.
   - постановка корпуса – правильное вытягивание позвоночника;
   - повороты и наклоны головы в сочетании с работой плеч, хлопками, притопами;
   - проучивание положений рук в русском танце:
     - руки согнуты в локтях, ладони или кулаки на талии;
     - руки раскрыты в стороны чуть ниже II позиции ладонями вверх.
   - движения ног:
     - виды шагов: переменный, приставной, комбинированный с ранее изученными движениями;
     - подскоки в продвижении и на месте с поворотом по четырём точкам зала;
     - понятие работающей и опорной ноги;
     - «пружинка» (термины классического танца demi-plié, relevé);
     - прыжки по VI позиции (термин классического танца pas sauté);
     - приседания с выставлением ноги на пятку;
     - притопы;
     - вытягивание стопы скользящим движением по полу (термин классического танца battement tendu).
3. Развитие координации движения, развитие внимания:
   - шаги вперед, в сторону в сочетании с ударом носка об пол без переноса веса тела (теп);
   - шаги в комбинации с выбросом работающей ноги по диагонали, вперед накрест перед опорной ногой (кик);
   - движения различными частями тела: повороты, наклоны головы, боковые переступания, шаги вперед, назад, в сторону, и их комбинирование.

III. Танцевальная импровизация.

1. Импровизированные пластические фантазии под музыку, направленные на выражение внутреннего состояния человека.

IV. Балетная гимнастика.

1. Упражнения для мышц стопы, формирующих аккуратную, красивую стопу, развивающих их силу и выносливость, необходимых для правильного исполнения battements и прыжков в классическом танце.
2. Упражнения, направленные на развитие гибкости корпуса и укрепление мышц спины, плечевого пояса и поясничного отдела, позволяющие формировать правильную и красивую осанку.
3. Упражнения, направленные на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, позволяющие развивать достаточную выворотность, необходимую для выполнения элементов классического танца.
4. Подготовка к кувыркам через голову:
   - назад;
   - вперед.
5. Проучивание приёма «мягкого падения» через вытянутые, сильные подъемы стоп.

V. Диагностика.

1. Результатов обученности.

II полугодие

I. Элементы ритмики и музыкальной грамотности.

1. Знакомство с понятием темп музыки
   - развитие умения сохранять заданный темп;
   - ускорять, замедлять его вместе с музыкой;
   - определение затактового построения музыкального материала и отражение его в танцевальных движениях.
2. Развитие хореографической памяти и музыкальной выразительности:
   - выполнение шагами, хлопками ритмического рисунка знакомого музыкального размера;
   - передача своего отношения к музыкальному произведению через собственные движения и позы (музыкально-танцевальной импровизации);
   - выполнение различных жестов (указательных, запрещающих, просящих, выражающих эмоциональное состояние).
3. Формирование музыкально-двигательных навыков.

II. Элементы хореографической азбуки.

1. Ознакомление с хореографическими терминами (по мере изучения соответствующих движений, положений встречающихся в данной дисциплине).
2. Элементы и приемы, подготавливающие к исполнению движений классического и народно-сценического танца:
   - постановка корпуса: развитие устойчивости корпуса, используя вытянутость позвоночника и прием relevé на полупальцах;
   - движения головы в сочетании с шагами и другими движениями;
   - развитие пластичности и выразительности рук, используя промежуточные положения и некоторые позиции рук классического и современного танца;
   - движения ног:
     - приставной шаг (теп), кик и сочетание их с хлопками, наклонами и поворотами головы и другими движениями;
     - шаг в повороте с высоко поднятыми коленями и вытянутыми носками;
     - подскоки в сочетании с галопом, прыжками, в паре;
     - «пружинка» с шагом в сторону (вправо, влево), вперед, назад, проучивая движения на затакт;
     - прыжки по VI, II невыворотной позиции в сочетании с хлопками рук, ударами, притопами ног;
     - подъем рабочей ноги через вытягивание стопы по полу (подготовка к battement tendu jeté);
     - разучивание pas польки вперед;
     - подъем рабочей ноги согнутой в колене с вытянутыми стопами;
3. Дальнейшее развитие навыков ориентации в пространстве:
   - знакомство с характерными рисунками танца: цепочка, змейка, звездочка, корзиночка, воротца и т. д.

4. Дальнейшее развитие координации движений, концентрации внимания и эмоциональной выразительности:
   - танцевальные игры, развивающие память (зрительную, мышечную), внимание, подвижность и быстроту реакции, музыкальность, творческие способности;
   - усложнение комбинированных ранее изученных элементов, движений с учетом всех проученных перестроений и направлений;
   - этюды – импровизации на основе изученных элементов, движений используя знакомый музыкальный материал.

III. Танцевальная импровизация.

1. Сочинение под музыку пластических и танцевальных этюдов по конкретно заданному образу.

IV. Балетная гимнастика.

1. Упражнения, развивающие силу ног, их дотянутость, растягивание подколенных мышц.
2. Упражнения для развития гибкости и укрепления позвоночника, способствующие правильному построению корпуса в дальнейшем.
3. Исполнение кувырков двух видов:
   - вперед;
   - назад.
4. Упражнения, направленные на укрепление брюшного пресса.
5. Дальнейшее проучивание приемов мягкого падения.

V. Диагностика.

1. Результатов обученности.

Общая и поэтапная результативность освоения программы

Подготовительное отделение 1 год обучения

1. Дети должны **знать**:
   - понятия:
     - музыкальная фраза, сильная доля, слабая доля;
     - колонна, линия, круг, полукруг, диагональ, интервал;
   - хореографические термины:
     - battement tendu, aplomb, промежуточные позиции рук.
2. Дети должны **уметь**:
   - слышать вступление музыкального сопровождения, начало и окончание движения;
   - определять темп, характер музыки;
   - выделять сильную долю различными движениями;
   - ориентироваться в пространстве танцевального зала;
   - правильно выстраивать корпус на середине зала.
3. Должно развиться чувство ритма, координация слухового и двигательного аппарата.
4. У детей должны появиться **навыки**:
   - метроритмического исполнения движений на середине зала и на полу;
   - вытягивания всей ноги (коленного и голеностопного суставов).
5. Путем приобщения детей к концертной деятельности должно начаться развитие художественно-эстетического восприятия.

Подготовительное отделение 2 год обучения

Дети должны научиться работать в системе поурочной работы.

1. Дети должны **знать**:
   - термины классического танца:
     - demi-plié, relevé, temps sauté;
   - понятие работающей и опорной ноги;
   - I, II выворотную позицию ног;
   - подготовительное положение рук, 1, 2, 3 позиции рук.
2. Дети должны **уметь**:
   - самостоятельно передавать характер музыки уже знакомыми движениями;
   - сочинять простейшие танцевальные комбинации из изученных ранее движений (элементы импровизации);
   - владеть приемами: demi-plié и battement tendu.

Диагностика результатов обученности

Подготовительное отделение 1 год обучения

1. Определение учащимися вступления музыкального материала; начала и окончания движения в соответствии с музыкальным материалом; выделение «сильных» и «слабых» долей различными движениями; определения характера музыки.
2. Правильное и четкое исполнение всех видов шагов и бега; всех видов продвижений в пространстве зала.
3. Владение мышцами ног, брюшного пресса, мышцами спины.
4. Правильное и четкое исполнение движения для рук и ног.
5. Знание термина классического танца – battement tendu.

Подготовительное отделение 2 год обучения

1. Определение учащимися (четвертных, половинных и целых) длительностей нот, четкое исполнение заданного ритмического рисунка.
2. Умение координировать движения ног, рук, корпуса, головы, знание 8-ми точек танцевального зала.
3. Овладение приемом сгибания ног в коленном, голеностопном и тазобедренном суставах в упражнениях на полу.
4. Знание подготовительной, 1, 2, 3 позиции рук, понятие опорной и работающей ноги; I, II выворотной позиции ног.
5. Умение грамотно исполнять собственные движения на заданную музыку (на основе комбинирования изученных элементов и движений создаются танцевальные этюды, в постановке которых принимают участие сами дети, что способствует дальнейшему развитию творческих способностей учащихся, их раскрепощению).
6. Грамотное и четкое исполнение сложных комбинаций движений, прыжков по VI и II позициям ног.
7. Овладение приемами rond de jambe на 45^{o}; relevé lent на 45^{o}, 90^{o}; grand battement jeté на 90^{o} и выше в упражнениях на полу.

Технология образовательного процесса

Весь материал программы ориентировочно распределяется на 2 полугодия. Поскольку в программу включен материал 4-х разделов:

- элементы ритмики и музыкальной грамотности;
- вспомогательные движения;
- балетная гимнастика;
- введение в предмет элементов классического танца,

то каждое из полугодий должно ориентировочно вобрать в себя изучение материала каждого раздела. В ходе занятий количество затраченного времени на разучивание и изучение того или иного движения и упражнения может меняться.

Проводя урок, необходимо руководствоваться следующими правилами:

- увеличивать нагрузку следует постепенно, сначала разделяя каждое упражнение на элементы, переходя от простых упражнений к более сложным, упражнения разучиваются постепенно, углубляя и закрепляя результат, добиваясь качественного их исполнения;
- чередовать упражнения с различной нагрузкой для различных мышечных групп рук, ног, мышц спины и брюшного пресс, мышц шеи и грудных мышц и т.д.;
- темп движений в начале урока медленный, затем постепенно ускоряется;
- в течение всего урока упражнения с применением физических усилий чередуются с упражнениями на расслабление, кроме того, в занятия включаются элементы танцевально-игрового характера;
- все упражнения выполняются на свободном дыхании, следует обращать внимание на длинный и ровный вдох.

Некоторые рекомендации по исполнению различных видов шагов и бега.

Во время маршировки и бега особое внимание необходимо обращать:

- на симметрию частей тела;
- на умение переносить тяжесть тела с одной ноги на другую при спокойном корпусе;
- на подтянутость, легкость и собранность всей фигуры, ее устремление вверх без излишнего напряжения, особенно без напряжения мышц шеи;
- на правильное положение ног во время движения (особенно стоп), которые должны поворачиваться пяткой наружу, то есть супинироваться;
- на правильное положение корпуса (корпус нужно держать прямо, предплечья должны быть опущены, грудная клетка слегка развернута), голова держится непринужденно (не запрокидываться и не опускаться вниз).

Маршировку можно проводить отдельными группами и подгруппами. Маршировка рекомендуется для выполнения при нарушениях осанки.

При сутулости маршировка комбинируется с резкими движениями отведения назад вытянутых и согнутых в локтях рук в горизонтальном положении и с вращательными движениями рук, согнутых в локтях.

При седлообразной пояснице маршировка и бег выполняются с сильно подтянутыми мышцами живота, максимально вытянутым позвоночником, слегка поданной вперед тазобедренной частью с руками, опущенными вниз.

При асимметрии лопаток при маршировке руку опущенного плеча положить на затылок или поднять вверх, растягивая мышцы опущенного плеча.

Детям, у которых выступают коленные чашечки, рекомендуется шаги на полупальцах или шаркающие шаги при вытянутых коленях.

Некоторые рекомендации к исполнению движений балетной гимнастики

Задачи балетной гимнастики: организовать и сосредоточить внимание учащихся и направить все их усилия на физическую нагрузку, подготовить мышцы, связки и суставы для разучивания элементов классического экзерсиса в дальнейшем; в индивидуальном порядке исправлять имеющиеся недостатки в осанке.

Дети располагаются на полу на расстоянии вытянутых рук и ног.

Упражнения выполняются в положение разгружающем позвоночник: лежа на спине и животе при выпрямленных ногах, а также сидя с вытянутыми ногами вперед и стоя на коленях.

Активные упражнения выполняются учащимися на полу самостоятельно, без приложения дополнительных внешних усилий. Активно-пассивные упражнения делаются с помощью другого человека или при упоре. Эти упражнения на полу освобождают учащихся от дополнительной работы, как физической, так и нервно, которую испытывает человек в вертикальном положении. А упражнения на расслабление, которые чередуются с упражнениями на нагрузку, дают детям некоторый отдых. Поэтому активно-пассивные и активные упражнения на полу создают максимум условий для сосредоточения внимания ребенка на мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами. Упражнения балетной гимнастики позволяют с наименьшей затратой энергии достичь сразу три цели: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционному классическому экзерсису у станка и на середине зала, требующему высокого физического напряжения.

Упражнения балетной гимнастики способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп. Поэтому на 1, 2 году обучения подготовительного отделения в балетную гимнастику включаются упражнения исправляющие недостатки осанки.

При сутулости – кифозе можно уменьшить грудной прогиб позвоночника при помощи упражнений на укрепление глубоких мышц спины, растягивание и укрепление передних связок грудного отдела позвоночника укрепления мышц, удерживающих лопатки в правильном положении, укрепление мышц, увеличивающих наклон тела вперед.

При седлообразной спине – лордозе необходимы упражнения на укрепление мышц брюшного пресс, растягивание мышц-сгибателей и укрепление мышц-разгибателей тазобедренных суставов, растягивание задних связок нижнегрудного и поясничного отделов позвоночника (растягивание мышц и связок спины, особенно поясничного отдела).

При асимметрии лопаток – незначительном сколиозе применяются упражнения для устранения бокового смещения оси позвоночника, нормализации положения головы, лопаток. При выполнении упражнений следить за сохранением срединного положения головы, позвоночника, за симметрией шейно-надплечных линий.

Во всех случаях после асимметричных упражнений, направленных на исправление недостатков осанки, следует выполнять симметричные упражнения для закрепления правильной позы тела (осанки) и запоминания ее.

При Х-образных ногах – вальгусное искривление все упражнения направлены на растягивание связок в тазобедренном суставе. Упражнения выполняются с чуть расслабленными коленями.

При О-образных ногах необходимо растягивать подколенные связки ног.

При плоскостопии следует укрепить рессорную функцию мышечно-связочного аппарата стоп, для чего используют упражнения хождения на полупальцах и пятках поочередно и на наружных краях стоп, а также вращения стопами лежа на полу, все упражнения связанные с сокращением и вытягиванием стоп.

Образовательная программа

«Классический танец»

Пояснительная записка

Классический танец повсеместно признан одним из главных выразительных средств современного балета. Он представляет собой четко выработанную систему движений, в которой нет ничего случайного, ничего лишнего.

Эта система движений, призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и прекрасным, превращает его в чуткий инструмент, послушный воле балетмейстера и самого исполнителя.

Непременные условия классического танца – выворотность ног, большой танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, лёгкий высокий прыжок, свободное и пластичное владение руками, четкая координация движений и, наконец, выносливость и сила. Приобретается это ежедневным тренажём, при тщательном выполнении установленных правил, и постоянной сценической практикой.

Построение урока одинаково как для третьего, так и последующих классов, с той лишь разницей, что в третьем классе движения исполняются в отдельности и в простейших сочетаниях. Урок состоит из упражнений у станка и упражнений на середине зала; последнее делится на экзерсис, adagio (сочетание поз и положений классического танца) и allegro (прыжки).

Совершенная хореографическая первооснова используется как система обучения не только в хореографических училищах, где подготовка артистов балета является главной задачей, а также в коллективах хореографической самодеятельности, школах искусств, хореографических школах и студиях, получивших наибольшее развитие в последние годы.

В хореографической школе «Пластилин» классический танец как учебный предмет является основной профилирующей дисциплиной, закладывающей фундамент исполнительской культуры.

Цели программы «Класичесский танец»:

1. Формирование личности с хореографическими способностями;
2. Формирование у обучающихся основных метроритмических данных;
3. Развитие исполнительской культуры у обучающихся;
4. Привитие интереса к классическому танцу у обучающихся.

Задачи:

1. Развитие координации движений;
2. Изучение основных движений классического танца;
3. Формирование основных знаний, умений, навыков в процессе обучения классическому танцу, с учетом психофизиологических особенностей обучающихся разных возрастных групп;

4. Изучение построения танцевальных комбинаций.

Программа обучения рассчитана на пять лет:

3-ый, 4-ой годы обучения – начальные классы – изучение основ классического танца;

5-ий и 6-ый годы обучения – средние классы – дальнейшее освоение системы классического танца, закрепление и совершенствование уже полученных умений и навыков;

7-ый год обучения – выпускной класс – дальнейшее совершенствование техники классического танца и его выразительности.

Занятия по предмету «Классический танец» проходят три раза в неделю по два часа в соответствии с учебным планом (на 5 лет) и программами обучения для каждого класса.

При составлении программы были использованы фундаментальные методические работы:

1. А.Я. Ваганова «Основы классического танца»,
2. Н.П. Базарова, В.А. Мей «Азбука классического танца»,
3. А.И. Борисов-Дрондин «Танец классический»,
4. В.С. Костровицкая, А.А. Писарев «Школа классического танца»,
5. В.С. Костровицкая «100 уроков классического танца».
6. Русский балет «Энциклопедия».

Учебно-тематический план по предмету

«Классический танец»

3 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
	Введение в предмет. Инструктаж по ТБ.	**1**			**1**	опрос
I.	**Экзерсис у станка.**		**119**		**119**	показ
II.	**Экзерсис на середине зала.**		**66**		**66**	показ
III.	**Диагностика ЗУН.**			**4**	**4**	кон ур экзам
IV.	**Хореографический словарь.**	**2**			**2**	опрос
V.	**Обобщающий урок.**		**2**		**2**	зачёт
VI.	**Воспитательная работа.**		**22**		**22**	наблю-дение
ИТОГО:		**3**	**209**	**4**	**216**	

4 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	**Экзерсис у станка.**		**114**		**114**	показ
II.	**Экзерсис на середине зала.**		**44**		**44**	показ
III.	**Allegro.**		**30**		**30**	показ
IV.	**Диагностика ЗУН.**			**4**	**4**	кон.ур
V.	**Хореографический словарь.**	**2**			**2**	опрос
VI.	**Воспитательная работа.**		**22**		**22**	наблюд
ИТОГО:		**2**	**210**	**4**	**216**	

5 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Экзерсис у станка.		110		110	показ
II.	Экзерсис на середине зала.		48		48	показ
III.	Allegro.		30		30	показ
IV.	Диагностика ЗУН.			4	4	кон. ур экзам
V.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VI.	Воспитательная работа.		22		22	наблюд
ИТОГО:		2	210	4	216	

6 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Экзерсис у станка.		76		76	показ
II.	Экзерсис на середине зала.		54		54	показ
III.	Allegro.		60		60	показ
IV.	Диагностика ЗУН.			4	4	кон ур
V.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VI.	Воспитательная работа.		20		20	наблюд
ИТОГО:		2	210	4	216	

7 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Экзерсис у станка.		76		76	показ
II.	Экзерсис на середине зала.		64		64	показ
III.	Allegro.		50		50	покз
IV.	Диагностика ЗУН.			4	4	кон ур экзам
V.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VI.	Воспитательная работа.		18		18	наблюд
ИТОГО:		2	208	4	216	

Содержание программы

3 год обучения

Все движения начинают изучать лицом к станку, держась за него обеими руками. Ряд движений сначала изучают в сторону, позднее – вперед и назад в пол носком, затем на воздух под углом 25^o, 45^o. Упражнения исполняют поочередно с правой и с левой ноги.

Темп и ритмический рисунок музыкального сопровождения в начале и в конце первого года – разные. Пока движение проходит стадии подготовительных упражнений, ритмический рисунок простой, впоследствии он становится более разнообразным.

I полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Постановка опорно-двигательного аппарата ученика: постановка корпуса, рук, ног.
2. Изучение позиции ног: I, II, V.
3. Demi-plié по I, II и V позиции.
4. Relevé на полупальцы I, II и V позиции.
5. Battement tendu по I и V позиции в сторону, вперед, назад.
6. Passé par terre.
7. Battement jeté по I позиции.
8. Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
9. Relevé lent на 25^o по I позиции в сторону, вперед, назад.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Постановка опорно-двигательного аппарата ученика.
2. Подготовительное положение рук.
3. Изучение 1 и 3 позиции рук.
4. Понятия arrondie, allongée.
5. Танцевальные шаги.
6. Бег по кругу, диагонали (сценический бег).
7. Поклон.

III. Allegro.

1. Прыжки с двух ног на две по VI позиции.
2. Прыжки по I позиции (невыворотной).
3. Temps levé sauté по I, II позиции.
4. Pas emboîté из I позиции.

IV. Диагностика.

II полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Grand-plié по I, II, V позиции.
2. Battement tendu поV позиции – в сторону, вперед, назад.
3. Battement tendu jeté pique по I, V позиции.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
5. Изучение sur le cou-de-pied – условное и основное.
6. Battement fondu в сторону в пол.
7. Battement retiré до положения sur le cou-de-pied спереди и сзади.
8. Relevé lent на 45^{o}, 90^{o} по I, V позиции во все направления.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Изучение 2 позиции рук.
2. Port de bras (первое).
3. Шаги, галоп, подскоки по диагонали и по кругу.
4. Подготовительные движения к pas польки.
5. Pas couru.
6. Упражнения для рук. Сочетание позиций рук с наклонами головы, перевод их из позиции в позицию.
7. Танцевальные комбинации.

III. Allegro.

1. Temps levé sauté по I, II, V позиции.
2. Pas echappé по II позиции.
3. Pas emboîté в сочетании с temps levé sauté.
4. Changement de pied.

IV. Диагностика.

4 год обучения

Все движения экзерсиса, указанные в программе, изучаются стоя лицом к станку.

Некоторые движения классического танца требуют специальных подготовительных положений – preparation.

I полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Demi-plié в положении условного sur le cou-de-pied спереди и сзади.
2. Battement tendu с demi-plié поI позиции – в сторону, вперед, назад.
3. Battement tendu с pour le pied (double tendu) с опусканием пятки на II позицию.
4. Battement tendu jeté pique по V позиции – в сторону, вперед, назад.
5. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
6. Battement fondu par terre – в сторону, вперед, назад.
7. Battement frappé par terre – в сторону, вперед, назад.
8. Relevé lent на 90^{o} – назад.
9. Relevé на полупальцы по I, II, V позиции (с вытянутых ног).
10. Pas de bourrée simple.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Понятие epoulement.
2. Положение epoulement на croisée и effacée.
3. Port de bras (второе).
4. Relevé на полупальцы по I и V позициям.
5. Pas couru.
6. Танцевальные комбинации.

III. Allegro.

1. Temps levé sauté по V позиции – сочетание I, II, V позиций.
2. Сценический sissonne вперед и назад.
3. Pas echappé по II позиции.
4. Chanegement de pied.

IV. Диагностика.

II полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Battement tendu с demi-plié по V позиции – в сторону, вперед, назад.
2. Battement tendu с pour le pied (double tendu) с опусканием пятки на II позицию на demi-plié.
3. Battement tendu jeté с сокращением подъема работающей ноги на высоте 25°.
4. Battement fondu на 45°.
5. Battement développé в сторону.
6. Grand battement jeté по I, V позиции – в сторону, вперед, назад.
7. Перегибы корпуса назад, в сторону по I позиции.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Demi-plié по I и II позиции.
2. I arabesque.
3. Pas de bourrée simple.
4. Pas balancé.
5. Вальсовый шаг.

III. Allegro.

1. Sissonne simple.
2. Pas echappé со II позиции в V позицию.
3. Sissonne вперёд, назад.
4. Pas chassé.

IV. Диагностика.

5 год обучения

I полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Полуповорот по V позиции на полупальцах на 2 ногах en dehors et en dedans.
2. Battement tendu с demi-plié по I, II, V позиции ног.
3. Battement tendu jeté balancoir.
4. Rond de jambe par terre en dehors на demi-plié.
5. Battement soutenu.
6. Battement frappé на 45° – в сторону, вперед, назад.
7. Pas tombé на месте и pas coupé на опорную ногу.
8. Petit battement frappé.
9. Grand battement jeté pointe.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Положение epoulement на croisé и effacé.
2. Demi-plié по I, II, V позиции.
3. Позы классического танца: croisée и effacée с руками в малых позах, вперед (носком в пол).
4. Relevé на полупальцах по V позиции.

III. Allegro.

1. Pas assemblé в сторону.
2. Pas chassé.
3. Sissonne вперед, назад (сценическая форма).
4. Pas glissade в сторону.

IV. Диагностика.

II полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Rond de jambe par terre en dedans на demi-plié.
2. Battement soutenu на 45° – в сторону, вперед, назад.
3. Relevé на полупальцах по V позиции с demi-plié.
4. Полуповорот en dedans (от станка).
5. Pas coupé на полупальцах.
6. Port de bras в сочетании с различными упражнениями.
7. Grand battement jeté pointe – в сторону, вперед, назад.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Grand plié по I, II, V позиции.
2. Battement tendu по I позиции – вперед.
3. Позы классического танца: croisée, effacée с руками в больших позах.
4. Полуповорот ¼ (на вытянутых ногах, с demi-plié).
5. Pas de bourée с переменой ног.

III. Allegro.

1. Sissonne simple (изучается без assemblé).
2. Pas echappé с окончанием на одну ногу sur le cou-de-pied назад.
3. Sissonne вперед, назад (сценическая форма).
4. Pas assemblé – в сторону, вперед, назад.

IV. Диагностика.

6 год обучения

Повторение упражнений предыдущего года с минимальным применением полупальцев. Акцент на развитие устойчивости. Уже проученные учащимися движения исполняются в более быстром темпе.

I полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Battement tendu с полуповоротами по V позиции с различными приемами.
2. Battement tendu с demi-plié по IV позиции.
3. Поворот soutenu en dehors et en dedans.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на 45°.
5. Battement fondu с demi-rond de jambe на 45°.
6. Rond de jambe en l`air en dehors et en dedans.
7. Battement frappé с подъемом на полупальцы.
8. Battement relevé lent на 90°, и battement développé во всех направлениях в позах.
9. Grand battement jeté balançoir.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Позы I, II, III arabesque на 45°.
2. Port de bras (третье).
3. Temps lié par terre с перегибом корпуса.
4. Battement tendu по I и V позиции – в сторону, вперед, назад.
5. Полный поворот soutenu.
6. Battement tendu jeté.
7. Battement relevé lent на 90° – в сторону, вперед, назад.
8. Pas couru с переменой ног en dehors с окончанием в маленькие позы.
9. Pas de basque вперед.

III. Allegro.

1. Pas assemblé в маленькие позы croisée вперед и назад.
2. Temps levé на одной ноге.
3. Sissonne tombée в сторону.
4. Petit pas de chat с выбрасыванием ног вперед.

IV. Диагностика.

II полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Battement tendu с demi-plié по IV позиции с переходом с одной ноги на другую вперед и назад.
2. Battement fondu с plie-relevé – в сторону, вперед, назад, на полупальцах.
3. Battement frappé с поворотом в V позиции.
4. Double battement frappé.
5. Поворот fouetté en dehors et en dedans.
6. Battement développé, relevé lent с demi-rond на 90°.
7. Relevé на полупальцах на одной ноге, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
8. Port de bras (третье) с растяжкой вперед и назад с переходом на другую ногу.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Battement tendu, battement jeté в позы croisée и effacée вперед и назад.
2. Полуповороты и повороты в battement tendu, battement jeté и др.
3. Battement relevé lent на 90° в большие позы croisée и effacée вперед и назад, I, II, III arabesques.
4. Battement développé – в сторону, вперед, назад, в позах.
5. Temps lié на 90°.
6. Port de bras (четвертое).
7. Adagio из пройденных движений.
8. Pas de bourrée dessus-dessous.

III. Allegro.

1. Pas jeté с открыванием ноги в сторону en face.
2. Sissonne tombée вперед, назад.
3. Sissonne fermée в сторону.
4. Pas ballonné.

IV. Диагностика.

7 год обучения

Укрепление устойчивости (aplomb) в различных поворотах, в упражнениях на полупальцах. Развитие пластичности рук и корпуса. Изучение preparation avec pirouette.

I полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Battement tendu, battement jeté в позы croisée и effacée вперед и назад.
2. Battement tendu, battement jeté с полуповоротами и поворотами, с различными приемами.
3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в сочетании с:

   - rond de jambe на 45°;

   - grand battement jeté.
4. Battement fondu в позы croisée и effacée вперед и назад.
5. Battement fondu с различными поворотами.
6. Battement frappé, double battement frappé в позы croisée и effacée вперед и назад.
7. Battement frappé, double battement frappé с полуповоротами и поворотами, с различными приемами.
8. Battement développé в позы:

   - croisée и effacée вперед и назад;

   - с port de bras.
9. Preparation avec pirouette en dehors et en dedans по V позиции.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Port de bras (пятое).
2. Battement tendu en tournant на ¼ поворота.
3. Battement jeté en tournant на ¼ поворота.
4. Battement développé в позы croisée и effacée вперед и назад.
5. Temps lié на 90°.
6. Preparation avec pirouette en dehors et en dedans по V позиции.
7. Pas de bourrée с переменой и без перемены ног en dehors et en dedans.

III. Allegro.

1. Chanegement de pied en tournant на ½ поворота.
2. Sissonne ferme в III arabesgue.
3. Sissonne ouverte на 45° в сторону.

IV. Диагностика.

II полугодие

I. Экзерсис у станка.

1. Battement développé в позу ecarté вперед и назад.
2. Battement fondu с полуповоротами на одной ноге.
3. Battement soutenu на 90°.
4. Battement frappé, double battement frappé с petit battement frappé.
5. Battement développé в позу ecarté вперед и назад.
6. Battement développé с различными поворотами.
7. Grand battement jeté на полупальцах.
8. Grand battement jeté в позы croisée и effacée вперед и назад, arabesque.
9. Preparation avec pirouette en dehors et en dedans со II позиции.

II. Экзерсис на середине зала.

1. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на ¼ поворота.
2. Pas de bourrée dessus-dessous.
3. Pirouette en dehors et en dedans со II, V позиции.
4. Grand battement jeté в больших позах.
5. Port de bras (шестое).

III. Allegro.

1. Pas jeté с продвижением вперед.
2. Pas ballonné во всех направлениях.
3. Sissonne ouverte на 90°.
4. Pas echappé по II, V позиции с окончанием на одну ногу.

IV. Диагностика.

Технология образовательного процесса

Непременные условия классического танца – выворотность, большой танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, легкий высокий прыжок, свободное и пластическое владение руками, четкая координация движений и, наконец, выносливость и сила. Приобретается это на уроках классического танца, при тщательном выполнении установленных правил и при постоянной сценической практике.

Любой урок классического танца состоит из 4 частей:

- экзерсиса у станка;
- экзерсиса на середине зала;
- адажио;
- аллегро.

В каждой части урока свои задачи.

В экзерсисе отрабатывается каждое пройденное движение, превращаясь в своеобразный фундамент более сложных движений; отрабатывается техника танцевального мастерства и даются знания по грамматике классического танца (ритму, характеру, рисунку движения, его исполнительскому «приему»).

В адажио осваиваются характер, манера и техника исполнения плавной танцевальной фразы. Основная цель адажио в учебном процессе – развить физическую выносливость, устойчивость, координацию, пластичность, а также музыкальную выразительность при исполнении движений.

В аллегро развиваются такие элементы прыжка, как элевация и баллон, и отрабатываются различные формы, приемы и темпы исполнения прыжка.

Урок завершается различными формами port de bras с наклонами и перегибом корпуса, для снятия физического напряжения.

Построение урока одинаково как для третьего, так и для последующих классов:

Plié, battement tendu, battement tendu jeté, rond de jambe par terre в сочетании с grand-rond de jambe jeté, battement fondu, battement frappé, battement soutenu, rond de jambe en l`air, petit battement, battement développé, grand battement jeté.

С той лишь разницей, что в третьем классе движения исполняются по отдельности или в простейших сочетаниях, называемых упражнениями, по основному движению, например: battements tendus, temps lie par terre, pas echappé, а в более старших классах урок состоит из комбинаций и развернутых композиций, где движения сочетаются по контрасту или получают вариативное развитие основного движения.

Экзерсис складывается из одних и тех же «pas», которые могут усложняться в зависимости от подхода педагога и метода преподавания. Равномерное распределение силовой нагрузки необходимо не только в отдельных частях урока, но и во всех упражнениях с учетом количества повторений заданного движения.

Не следует перегружать учебные задания большим количеством различных элементов и приемов.

Работая над экзерсисом, необходимо все движения выполнять как у станка, так и на середине зала, как с одной ноги, так и с другой, что в равной мере развивает и укрепляет

двигательный аппарат учащегося и совершенствует элементарную технику танца. Все учебные задания начинаются с соответствующей подготовки (препарасьон – preparation).

Особое внимание необходимо обратить на музыкальное воспитание учащихся, на характер и качество музыкального сопровождения.

Во-первых, педагог должен разъяснить концертмейстеру построение урока в целом и каждого упражнения в отдельности, указав требуемый музыкальный размер и ритмическую структуру музыкального примера.

Во-вторых, музыкальный материал должен строго подчиняться рисунку заданной педагогом комбинации, а также в определенном темпе подчеркнуть характер движения, что, в свою очередь, помогает ученику понять соответствие между характером музыки и характером движения.

Общая и поэтапная результативность освоения программы «Классический танец»

3 год обучения

Дети должны **знать**:

- понятия и термины классического танца:

arrondie, allongée, pique, epaulement, en dehors, en dedans, port de bras, sur le cou-de-pied, retire, passe par terre, demi-rond de jambe par terre, battement tendu jeté, relevé, preparation, pas couru;

- правила исполнения изучаемых движений.

Дети должны **уметь**:

- точно и правельно выполнять позиции ног, рук, постановки корпуса у станка, на середине зала;
- ориентироваться в пространстве танцевального класса;
- исполнять все комбинации музыкально, грамотно;
- воспринимать задания и замечания педагога.

4 год обучения

Дети должны **знать**:

- понятия и термины классического танца:

battements frappé, battements fondu, battements développé, позы croisée, effacée, позы I arabesques, temps lie par terre, sissonne simple, pas echappé, pas de bourre suive, relevé lent;

- правила исполнения изучаемых движений.

Дети должны **уметь**:

- исполняя движения экзерсиса у станка и на середине зала, предельно вытягивать ноги в коленном и голеностопном суставах;
- сохранять равновесие, исполняя движения экзерсиса, развивая тем самым устойчивость;
- согласовывать работу всех частей тела;
- различать музыкальный размер, темп, характер музыкальной фразы.

5 год обучения

Дети должны **знать**:

- понятия и термины классического танца:

balancoir, pas tombé, petit battement, pointe, pas glissade, sissonne simple, petit pas de chat, soutenu pas emboîte.

Дети должны **уметь**:

- владеть методикой постановки корпуса у станка (одной рукой держась за палку), сохраняя правильные позиции рук;
- точно и правильно исполнять движения и все preparations;
- исполнять полуповороты в V позиции на полупальцах двух ног к станку и от станка, сохраняя устойчивость корпуса;
- контролировать работу всех частей тела: корпуса, рук, ног, головы;
- исполнять некоторые группы прыжков с продвижением, развивая тем самым легкость и силу прыжка.

6 год обучения

Дети должны **знать**:

- понятия и термины классического танца:

double battement frappé, rond de jambe en l`air, battement tendus en tournant en dehors et en dedans, pas coupé, pas ballonné, sissonne ouverte, dessus-dessous, позы I, II, III arabesques на 45^{o}.

Дети должны **уметь**:

- исполнять повороты в V позиции сохраняя устойчивость на полупальцах;
- выполнять движения у станка и на середине зала в позах, сохраняя равновесие, устойчивость корпуса;
- исполнять движения экзерсиса на полупальцах в более быстром темпе;
- исполнять некоторые группы прыжков с продвижением во всех направлениях;
- уметь анализировать своё исполнение.

7 год обучения

Дети должны **знать**:

- понятия и термины классического танца:

pas dégagé, pas de bourre ballotte, pas de basque, sissonne fermée, sissonne ouverte.

Дети должны **уметь**:

- исполнять движения экзерсиса у станка и на середине зала в сочетании с различными поворотами и переходами от одного движения к другому;
- исполнять движения экзерсиса с пластичностью и выразительностью рук и корпуса;
- точно координировать ощущения пространства через позу и ракурс;
- уметь работать в ансамбле с другими исполнителями.

Диагностика результатов обученности

3 год обучения

Экзерсис у станка.

1. Правильная постановка корпуса.
2. Владение приемом battement tendu.
3. Четкое направление движения стопы при исполнении:
   - battement tendu из I и V позиции вперед, в сторону, назад;
   - passé par terre из I позиции вперед, назад;
   - battement tendu jeté на высоту 25^{o} вперед, в сторону, назад;
   - relevé lent на 25^{o}, 90^{o} из I позиции в сторону, вперед, назад;
   - demi-rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
   - grand battement tendu jeté.
4. Выворотность в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах при исполнении основных движений экзерсиса у станка и на середине зала.

Экзерсис на середине зала.

1. Правильное положение рук в подготовительной, 1, 2, 3 позициях.
2. Вытянутость стопы при исполнении шагов, подскоков, pas польки.
3. Сохранение прямого корпуса, вытянутость всей ноги в момент прыжка при исполнении temps leve sauté по I, II позициям.
4. Правильное положение epaulement croisée и effacée.

Allegro.

1. Сохранение вытянутых ног в I, II и V позиции при исполнении прыжков: temps leve sauté, pas echappé, changement de pieds.

4 год обучения

Экзерсис у станка.

1. Battement tendu с demi-plié по I и V позиции.
2. Правильное положение стопы в положении ноги на sur le cou-de-pied (основное и условное).
3. Сохранение выворотности стопы при исполнении relevé на полупальцах по I, II, V позициям.
4. Battement fondu (слитность движения в тазобедренном суставе).
5. Сохранение выворотности тазобедренного и голеностопного суставов при исполнении battement développé во всех направлениях, battement frappé во всех направлениях.
6. Согласовать одновременно работу всех частей тела: корпуса, рук, ног, головы.

Экзерсис на середине зала.

1. Координация движений при исполнении temps lie par terre, adagio.
2. Правильное положение корпуса, вытянутость всей ноги, соблюдение выворотной I, V позиции ног при исполнении battement tendu, battement tendu jeté.
3. Изучение положения epaulement croisée и effacée.

Allegro.

1. Четкое и правильное исполнение прыжков: sissonne simple, pas echappé, changement de pieds.

5 год обучения

Экзерсис у станка.

1. Сохранение устойчивости при исполнении всех движений на полупальцах.
2. Точно и правильно исполнять все preparation к учебным заданиям.
3. Сохранение выворотности в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах при исполнении движений:
   - battement tendu в сочетании с demi-plié, passé par terre;
   - battement tendu jeté balansoir;
   - rond de jambe par terre на demi-plié;
   - rond de jambe en l'air на 45° ;
   - battement fondu;
   - battement soutenu;
   - battement frappé;
   - petit battement sur le cou-de-pied;
   - battement relevé lent на 90°;
   - demi- grand-rond de jambe développé.

Экзерсис на середине зала.

1. Сохранение устойчивости при исполнении всех движений на всей стопе и на полупальцах.
2. Сохранение поз croisée, effacée вперед, назад, при исполнении:
   - battement tendu, battement tendu jeté;
   - battement relevé lent, battement développé;
   - grand battement jeté.
3. Правильное положение ноги на sur le cou-de-pied при исполнении движений:
   - battement développé;
   - battement fondu;
   - pas de bourrée с переменой ног.

Allegro.

1. Четкое и правильное исполнение прыжков:
   - pas echappé с окончанием на одну ногу;
   - sur le cou-de-pied назад;
   - pas assemblé.

6 год обучения

Экзерсис у станка.

1. Сохранение устойчивости корпуса при исполнении движений:
   - battement tendu, battement tendu jeté;
   - battement fondu, battement frappé;
   - double battement frappé;
   - battement développé, grand battement jeté, с использованием полупальцев, полуповоротов, поворотов.
2. Координация движений при исполнении всех упражнений в более быстром темпе.
3. Сохранение устойчивости и выворотности опорной ноги, при исполнении упражнений на полупальцах.
4. Точно и правильно выполнять позиции ног в поворотах.

Экзерсис на середине зала.

1. Точно и правильно исполнять движения в комбинациях, содержащих разнородные элементы и приёмы.
2. Координировать движения в различных поворотах, в переходах от одного движения к другому.
3. Переносить центр тяжести корпуса, сохраняя равновесие.

Allegro.

1. Сохранять направление ног (en avant, en cote, en arriere) в прыжках.
2. Контролировать работу всех частей тела: корпуса, ног, рук, головы.

7 год обучения

1. Сохранение устойчивости, выворотности при исполнении всех движений у палки и на середине зала с использованием полуповоротов, поворотов.
2. Сохранение вытянутости и выворотности опорной ноги при исполнении упражнений на полупальцах как у палки, так и на середине зала.
3. Четкая координация движений рук, головы, ног при исполнении всех упражнений у палки и на середине зала.
4. Точно и правильно исполнять движения и все preparation.
5. Точно и правильно выполнять позиции ног в поворотах.
6. Выразительность, эмоциональность при исполнении всех комбинаций.
7. Активно участвовать в исполнении прыжков.
8. Грамотно распределять усилия при исполнении танцевальной комбинации, требующей перемещений в пространстве.

Образовательная программа
«Народно-сценический танец»

Пояснительная записка

Народно-сценический танец является важным компонентом современного балета. Он представляет собой четко выработанную систему движений, наполненных характерными особенностями различных народных танцев.

Эта система движений, призванная сделать тело дисциплинированным, подвижным и прекрасным, превращает его в чуткий инструмент, послушный воле балетмейстера и самого исполнителя, отражает народное искусство через пластику танца.

В хореографической школе «Пластилин» народно-сценический танец как учебный предмет является профилирующей дисциплиной, закладывающей фундамент исполнительской культуры. Однако школа не ставит себе целью подготовку профессиональных исполнителей.

Образовательными целями программы «Народно-сценический танец» являются:

1. Формирование личности с хореографическими способностями;
2. Формирование у обучающихся основных метроритмических данных;
3. Развитие исполнительской культуры у обучающихся;
4. Привитие интереса к народно-сценическому танцу у обучающихся.

Цели образовательной программы определяют основные задачи:

1. Развитие координации движений;
2. Изучение основных движений народно-сценического танца;
3. Формирование основных знаний, умений, навыков в процессе обучения народно-сценическому танцу, с учетом психофизиологических особенностей обучающихся разных возрастных групп;
4. Изучение построения народных танцевальных комбинаций.

Программа обучения в хореографической школе «Пластилин» рассчитана на пять лет:

3-ый, 4-ой годы обучения – начальные классы –

изучение основ народно-сценического танца;

5-ий и 6-ый годы обучения – средние классы –

дальнейшее освоение системы народно-сценического танца, закрепление и совершенствование уже полученных умений и навыков;

7-ый год обучения – выпускной класс –

дальнейшее совершенствование техники народно-сценического танца и его выразительности.

Занятия по предмету «Народно-сценический танец» проходят один раз в неделю по два часа для всех классов школы в соответствии с учебным планом (на 5 лет) и программами обучения для каждого класса.

Учебно-тематический план

3 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
	Введение в предмет.		**2**		**2**	опрос
I.	**Освоение техники исполнения движений народного танца.**	**2**	**24**		**26**	показ
II.	**Освоение приемов трюковой лексики.**		**18**		**18**	показ
III.	**Изучение национального лексического материала.**	**2**	**20**		**22**	показ
IV.	**Диагностика.**			**4**	**4**	кон ур
V.	**Воспитательная работа.**					наблюд
ИТОГО:		**4**	**64**	**4**	**72**	

4 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	**Освоение техники исполнения движений народного танца.**	**1**	**27**		**28**	показ
II.	**Освоение приемов трюковой лексики.**	**1**	**17**		**18**	показ
III.	**Изучение национального лексического материала.**		**16**		**16**	показ
IV.	**Диагностика.**			**4**	**4**	кон ур экзам
V.	**Воспитательная работа.**		**6**		**6**	наблюд
ИТОГО:		**2**	**66**	**4**	**72**	

5 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Освоение техники исполнения движений народного танца.	2	28		30	показ
II.	Освоение приемов трюковой лексики.		16		16	показ
III.	Изучение национального лексического материала.		16		16	показ
IV.	Диагностика.			4	4	кон ур
V.	Воспитательная работа.	2	4		6	наблюд
ИТОГО:		4	64	4	72	

6 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Освоение техники исполнения движений народного танца.		28		28	показ
II.	Освоение приемов трюковой лексики.		16		16	показ
III.	Изучение национального лексического материала.	1	15		16	показ
IV.	Диагностика.			4	4	кон ур
V.	Воспитательная работа.		8		8	наблюд
ИТОГО:		1	67	4	72	

7 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Освоение техники исполнения движений народного танца.		28		28	показ
II.	Освоение приемов трюковой лексики.		16		16	показ
III.	Изучение национального лексического материала.	2	14		16	показ
IV.	Диагностика.			4	4	кон ур экзам
V.	Воспитательная работа.		8		8	наблюд
ИТОГО:		2	66	4	72	

Содержание тем программы

3 год обучения

Изучение материала в различных танцевальных комбинациях, этюдах.

Изучения танцевальных элементов русского, белорусского танца, танца народов Прибалтики (эстонский, литовский, латышский).

I. Освоение техники исполнения движений народного танца.

Упражнения на середине зала.

Элементы русского танца.

1. Раскрывание и закрывание рук на пояс в различных позициях и положениях.
2. Простые танцевальные шаги:
   - простой шаг с носка, с каблука, с проскальзывающим ударом;
   - переменный шаг вперед, назад;
   - припадание по III позиции.
3. «Гармошка» (на ¼, $^1/_8$):
   - движение вправо, влево, в повороте вокруг себя.
4. Притопы (подготовка к дробям):
   - одинарные, двойные, тройные (на месте и в продвижении);
   - перескоки с ноги на ногу с ударом каблука.
5. Дроби:
   - прямая;
   - одинарный «ключ»;
   - двойная сверху;
   - двойной «ключ».
6. Бег:
   - вперед, назад, в повороте, по кругу.
7. Вращения:
   - по VI позиции на месте;
   - шаг с подскоком в повороте;
   - шене.
8. «Молоточки»:
   - с бегом;
   - подряд (на месте, в продвижении).
9. «Моталочка».
10. Танцевальные комбинации на основе русского танца (на танцевальных шагах, на дробях).

Элементы белорусского танца.

1. Основной ход танца «Кржачок» - подскоки с переступанием.
2. Соскоки по VI позиции с поворотом плеча (простые с приседанием, с подъемом ноги вверх от колена).
3. Тройной притоп по VI позиции с наклоном корпуса и головы.
4. Танцевальные комбинации на основе этих движений.

Элементы танца народов Прибалтики.

1. Танцевальные элементы народов Прибалтики (эстонский, литовский, латышский), на усмотрение педагога, и по результатам усвоения всего предыдущего материала.

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

4 год обучения

Четвертый год обучения включает в себя изучение элементов у станка и на середине зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующее развитию координации движений учащихся.

Продолжается освоение элементов и движений русского танца. Освоение танцевальной культуры татарского танца.

I. Освоение техники исполнения движений народного танца.

Упражнения у станка.

1. Глубокие приседания в сочетании с полуприседаниями по I, II, V, VI позициям.
2. Скольжение стопой по полу из позиции в позицию, с переводом стопы с носка на каблук:
   - с полуприседанием на опорной ноге;
   - с одним или двумя ударами в позиции.
3. Маленькие броски на 45^{o}:
   - с работой пятки опорной ноги;
   - с ударом рабочей стопы по V позиции.
4. Каблучное упражнение:
   - у щиколотки;
   - на 45^{o}.
5. Флик-фляк (упражнение со свободной стопой):
   - по IV позиции;
   - по V позиции.
6. Подготовка к «веревочке»:
   - с поворотом бедра в закрытое положение и обратно.
7. Патортье (повороты стопы):
   - одинарные;
   - двойные.
8. Дробные выстукивания.
9. Раскрывание ноги на 90^{o}:
   - на вытянутой опорной ноге;
   - с полуприседанием.
10. Большие броски:
    - на вытянутой опорной ноге;
    - с полуприседанием и опусканием рабочей ноги на каблук.
11. Перегибы корпуса у станка:
    - назад, в сторону, к ноге;
    - с растяжкой.

II. Освоение приемов трюковой лексики.

Упражнения на середине зала.

Элементы русского танца.

1. Дробные выстукивания:
   - двойной «ключ» в быстром темпе;
   - тройные переступания (на прямой ноге, с приседанием);
   - перескоки синкопированные;
   - «горох» простой и с переступанием;
   - дроби в повороте.
2. «Моталочка»:
   - в повороте;
   - с выпадом назад.
3. Вращения:
   - шене;
   - шаг с подскоком;
   - на месте по VI позиции.

III. Изучение национального лексического материала.

Танцевальные элементы татарского, чувашского танца.

1. Основной бег на полупальцах с переступанием.
2. «Боковое» припадание по VI позиции из стороны в сторону, вокруг себя.
3. «Гармошка».
4. «Брма» (перескоки с ноги на ногу и выносом одной ноги на каблук).
5. Положение рук, корпуса, головы.
6. «Ковырялочка».
7. Переступания по VI позиции.

Работа над танцевальными комбинациями, этюдами на основе элементов татарского, русского танцев.

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

5 год обучения

Пятый год обучения предполагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации и исполнения, силовой нагрузки. На середине зала изучаются комбинации и композиции на материале русского и украинского танца.

I. Освоение техники исполнения движений народного танца.

Упражнения у станка.

1. Глубокие приседания и полуприседания.
2. Скольжение стопой по полу:
   - на вытянутой опорной ноге;
   - с полуприседанием.
3. Маленькие броски:
   - с ударом всей стопой по V позиции;
   - с работой пятки опорной ноги.
4. Каблучное на 45^{o}, 90^{o}.
5. Круг ногой по полу.
6. Флик-фляк (упражнение со свободной стопой):
   - с подскоком на опорной ноге;
   - с переступанием.
7. Низкие развороты на 45^{o}.
8. Подготовка к «веревочке».
9. Патортье (повороты стопы):
   - одинарные.
10. Дробные выстукивания.
11. Раскрывание работающей ноги на 90^{o}.
12. Большие броски.
13. Перегибы корпуса:
    - с руками.

II. Освоение приемов трюковой лексики.

Упражнения на середине зала.

1. Вращения по диагонали:
   - шене;
   - шаг с подскоком;
   - бегунок;
   - tour на coupe.
2. Вращения на месте:
   - по VI позиции.

III. Изучение национального лексического материала.

Элементы русского танца.

1. Перекат (боковой ход на каблук).
2. «Молоточки».
3. «Веревочка».
4. Дробные выстукивания:
    - простой и двойной «ключ»;
    - двойная дробь;
    - «горох»;
    - двойная дробь в повороте.
5. «Моталочка»:
    - в повороте;
    - с выпадом назад.
6. Хлопушки, присядки (у мальчиков).

Элементы украинского танца.

1. Положение корпуса, рук, ног.
2. Притоп «тройной» с наклоном корпуса.
3. Основной ход «бегунец».
4. «Тынок».
5. Дорожка.
6. «Вихилясник» («ковырялочка»).
7. «Веревочка».
8. «Голубец»:
    - одинарный;
    - двойной.
9. Медленный женский ход назад, вперед на основе изученных движений.
10. Танцевальные комбинации, этюды.

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

6 год обучения

На шестом году обучения продолжается изучение новых элементов у станка и на середине зала. Увеличивается количество элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Вводится вращение по кругу.

Продолжается изучение элементов русского танца, изучается сложносинкопированный ритм. Составляются более сложные комбинации и этюды.

I.Освоение техники исполнения движений народного танца.

Упражнения у станка.

1. Глубокие приседания по II позиции («волна»).
2. Скольжение стопой по полу с полуповоротами.
3. Маленькие броски (passé par terre) и другие.
4. Круг ногой по полу:
   - с разворотом пятки опорной ноги;
   - по полу каблуком.
5. Флик-фляк (упражнение со свободной стопой):
   - с tombé;
   - с перегибом корпуса.
6. Низкие развороты на 45^{o}.
7. Подготовка к «веревочке».
8. Дробные выстукивания.
9. Патортье (повороты стопы).
10. Раскрывание работающей ноги на 90^{o}:
    - с ударом каблука опорной ноги.
11. Большие броски (balansoire).

II. Освоение приемов трюковой лексики.

Элементы русского танца.

1. «Веревочка»
   - простая;
   - двойная;
   - с переступанием на носок, каблук, с «ковырялочкой»;
   - в повороте.
2. Дробные комбинации.
3. Вращения.

III. Изучение национального лексического материала.

Элементы итальянского танца «Тарантелла».

1. Основной ход – подскоки.

2. Положение ног, рук, корпуса характерные для итальянского танца.

3. Emboîté – на полу, на 45^{o};

4. Шаг с положением ноги tire-bouchon, вперед, назад.

5. Шаг в arabesque с продвижением вперед, вокруг себя.

6. Соскок на опорной ноге и перевод рабочей ноги с каблука на носок, с наклоном корпуса, в повороте вокруг себя.

7. Подскоки с поджатыми ногами в III позиции, с приземлением на полупальцы.

Элементы молдавского танца.

Включать в изучение по мере усвоения программного материала (на усмотрение педагога).

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

7 год обучения

Седьмой год обучения является очень важным в изучении основ техники народно-сценического танца. Всему пройденному материалу придается сценическая форма. Заканчивается изучение новых видов упражнений у станка, убыстряется темп исполнения.

На середине создаются развернутые этюды, в которых помимо технического совершенствования и чистоты отделки движений, большое внимание уделяется характеру и манере исполнения, а также выразительности.

I. Освоение техники исполнения движений народного танца.

Упражнения у станка.

1. Глубокие приседания и полуприседания.
2. Скольжение стопой по полу:
3. Маленькие броски:
4. Каблучное на 90^{o}.
5. Круг ногой по полу.
6. Флик-фляк (упражнение со свободной стопой):
7. Низкие развороты на 90^{o}.
8. Дробные выстукивания.
9. Раскрывание работающей ноги на 90^{o}.
10. Большие броски.

II. Освоение приемов трюковой лексики.

Упражнения на середине зала.

1. Вращения (комбинированные вращения из ранее изученных в более сложных сочетаниях).

III. Изучение национального лексического материала.

Элементы цыганского танца.

1. Основной ход («пружинка»).
2. Положения ног, рук, корпуса.
3. Особенности мужских и женских танцевальных элементов.
4. Хлопушки.
5. Перегибы корпуса, сидя на одном колене, на двух коленях.

Элементы испанского танца.

Изучается по мере усвоения пройденного материала и возможностей учащихся (на усмотрение педагога).

IV. Диагностика.

1. Результатов обученности.

Общая и поэтапная результативность освоения программы «Народно-сценический танец»

3 год обучения

Дети должны **знать**:

1. правила исполнения «гармошки», подскоков, галопа, шага польки;
2. методику исполнения полу- и низких приседаний;
3. лексику эстонского танца и танца народов Прибалтики;
4. позиции рук и ног в народном танце.

Дети должны **уметь**:

1. переводить руки из позиции в позицию;
2. исполнять различные шаги, бег, притопы;
3. исполнять прыжки;
4. исполнять подготовку к движениям.

Дети должны приобрести **навыки:**

1. исполнения «гармошки»;
2. подготовки к присядке, хлопушке;
3. подготовки к дробям, вращениям;
4. исполнения полу- и глубоких приседаний;
5. отведения и приведения ноги из позиции в позицию;
6. исполнения движений танца народов Прибалтики, эстонского, русского танца.

4 год обучения

Дети должны **знать**:

1. методику исполнения:
   - медленного поднимания ноги на 45^{o}, 90^{o};
   - подготовки к «веревочке»;
   - больших бросков в экзерсисе у станка.

2. элементы русского танца:
   - «молоточки»,
   - «ковырялочка»,
   - «моталочка»,
   - припадания.
3. элементы татарского танца.

Дети должны **уметь**:

1. исполнять подготовку к движениям;
2. полуприседания и глубокие приседания;
3. отведение и приведение ноги из позиции в позицию;
4. исполнять различные шаги, бег.

Дети должны приобрести **навыки**:

1. исполнения движений у станка:
   - медленного поднятия ноги на 45^{o}, 90^{o};
   - подготовки к «веревочке»;
   - больших бросков;
   - низких разворотов.
2. исполнения элементов дробей;
3. исполнения хлопушки;
4. подготовки к «разножке», «мячику», «качалочке»;
5. вращения: шене, с подскоками;
6. исполнения: припаданий, «веревочки», «моталочки», «маятника», «молоточков», «ковырялочки»;
7. исполнения элементов татарского танца.

5 год обучения

Дети должны **знать**:

1. способы перевода ног из позиции в позицию;
2. виды отведения и привидения ноги по полу;
3. методику исполнения потартье, круга ногой по полу;
4. как переводится нога из позиции в позицию при исполнении «веревочки»;
5. методику исполнения флик-фляка;
6. методику исполнения вращений:
   - как работает голова,
   - где руки,
   - как двигаются ноги.
7. какой частью стопы исполняются удары при дробных выстукиваниях.

Дети должны **уметь**:

1. правильно исполнять приседания и глубокие приседания;
2. методически грамотно исполнять основные виды движений у станка;
3. исполнять «гармошку»;
4. одинарную дробь;
5. исполнять основные виды присядки;
6. переводить руки из позиции в позицию.

Дети должны приобрести **навыки**:

1. работы пятки опорной ноги при исполнении движений у станка;
2. резкого сокращения и вытягивания стопы;
3. вращения (скорость);
4. исполнения более сложных дробей («ключ»);
5. исполнения элементов украинского танца.

6 год обучения

Дети должны **знать**:

1. методику исполнения:
   - каблучного,
   - патортье с ударами стопы работающей ноги,
   - флик-фляк,
   - перегибов корпуса,
   - как работает пятка опорной ноги при исполнении движений у станка.

Дети должны **уметь**:

1. исполнять простые виды:
   - хлопушек,
   - присядок,
   - дробей.
2. исполнять простые виды:
   - приседаний,
   - отведения, приведения ноги,
   - маленьких бросков,
   - низких разворотов,
   - патортье,
   - флик-фляк,
   - раскрывания ноги на 90^{o},
   - круга ногой по полу,
   - больших бросков.
3. исполнять: «мячик», «кочалочку», «разножку»;
4. вращения: шене, с подскоком.

Дети должны приобрести **навыки**:

1. исполнения: «стульчика», «голубцов»;
2. исполнения сложных дробей;
3. исполнения элементов итальянского танца;
4. исполнения:
   - туров на месте,
   - подготовки к «бедуинскому»,
   - подготовки к «козе».

7 год обучения

Дети должны **знать**:

1. методику исполнения всех движений у станка и их названия;
2. основные приемы трюковой лексики и названия движений;
3. элементы цыганского, испанского народного танца.

Дети должны **уметь**:

1. владеть манерой исполнения и передавать национальный характер движения;
2. владеть навыками исполнительского мастерства;
3. методически правильно выполнять движения у станка;
4. владеть трюковой лексикой и техникой вращения.

Диагностика результатов обученности

3 год обучения

1. Выворотность тазобедренного, коленного, голеностопного суставов при исполнении полуприседаний и глубоких приседаний.
2. Четкое направление стопы при отведении и приведении ноги из позицию в позицию.
3. Грамотное владение руками при открывании, закрывании рук и переводе из позиции в позицию.
4. Правильный перенос центра тяжести тела с одной ноги на другую при исполнении шагов вперед, назад, бега.
5. Дотянутость стоп, коленей при исполнении подскоков, галопа, шага польки.
6. Четкость ритмического рисунка при исполнении различных шагов (переменный, шаг с ударом, шаг с концовкой, боковой шаг с каблука), притопов, простейших хлопушек, дробей.
7. Точное положение стопы и колена при исполнении дробей.
8. Грамотность исполнения основных элементов русского, белорусского и эстонского танцев.

4 год обучения

1. Выворотность в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах, сохранение положения корпуса, сохранение позиций ног при исполнении движений:
   - полуприседаний и глубоких приседаний;
   - подготовки к веревочке;
   - больших бросков;
   - медленного поднимания ног.
2. Четкое направление движения стопы, сохранение позиций ног, дотянутость всей ноги, четкая работа пятки опорной ноги при исполнении:
   - отведения и приведения ноги по полу;
   - маленьких бросков.
3. Правильное положение дотянутой стопы в положении ноги на sur le cou-de-pied, слитность и плавность движения, работа тазобедренного сустава и его выворотность при исполнении низких разворотов.
4. Точное положение стопы и коленей при исполнении различных шагов, бега.
5. Правильное положение корпуса, сохранение равновесия, выворотности в тазобедренном суставе при исполнении присядок.
6. Техника вращения (положение корпуса, головы, рук).
7. Грамотность исполнения основных элементов русского, татарского танца.

5 год обучения

1. Грамотное исполнение всех изученных видов движений у станка.
2. Координация рук, головы и ног при исполнении движений у станка.
3. Точное исполнение:
   - одинарной дроби и навыки исполнения сложных дробей;
   - основных видов присядок и хлопушек.
4. Техника вращений.
5. Исполнение основных элементов украинского танца.
6. Навыки ансамблевого исполнения танцевальных комбинаций и этюдов.

6 год обучения

1. Четкая работа ног и пятки опорной ноги, сохранение позиций ног, исполнение четкого ритмического рисунка при исполнении:
   - отведения и приведения ноги по полу;
   - маленьких бросков;
   - каблучного;
   - патортье;
   - больших бросков;
   - флик – фляка.
2. Сохранение положения корпуса, точного положения ног, выворотности всех суставов ног при исполнении:
   - низких разворотов;
   - круга ногой по полу;
   - медленного поднимания ног.
3. Четкая координация движений при исполнении всех упражнений в более быстром темпе.
4. Исполнение более сложных видов дробей, присядок, хлопушек, вращений.
5. Грамотное исполнение основных элементов русского, итальянского танца.
6. Выразительность и эмоциональность при исполнении танцевальных этюдов.

7 год обучения

1. Владение терминологией движений у станка.
2. Методически верное исполнение всех видов движений у станка.
3. Владение манерой исполнения и передача национального характера движений.
4. Основные приемы трюковой лексики.
5. Исполнение основных движений цыганского, испанского танцев.
6. Умение ансамблевого исполнения, выразительность и эмоциональность при исполнении, умение передать национальный характер и манеру при исполнении этюдов и танцевальных комбинаций.

Технология образовательного процесса

Непременные условия народно-сценического танца – выворотность, гибкость, устойчивость, вращение, легкий высокий прыжок, свободное владение руками, четкая координация движений, выносливость и сила. Приобретается это на уроках народно-сценического танца, при тщательном выполнении установленных правил и при постоянной сценической практике.

Урок народно-сценического танца состоит из экзерсиса у станка и на середине зала, состоящего из освоения приемов трюковой лексики и изучения национального лексического материала.

В экзерсисе отрабатывается техника танцевального мастерства. Изучение упражнений у станка начинается только после того, как будут освоены идентичные приемы исполнения основных движений у станка в классическом танце. Последовательность упражнений у станка должна быть выстроена с учетом: темпа исполнения движения, нагрузки на разные мышцы ног.

Выбор последовательности изучения упражнений у станка зависит от целей и задач каждого конкретного урока, на усмотрение педагога. Экзерсис у станка может включать в себя упражнения:

1. полуприседания и глубокие приседания;
2. отведение и приведение ноги по полу;
3. маленькие броски;
4. круг ногой по полу;
5. каблучное упражнение;
6. низкие развороты ноги на 45^{o};
7. подготовка к «веревочке», «веревочка»;
8. патортье;
9. флик – фляк;
10. медленное раскрывание ноги на 90^{o};
11. дробные выстукивания;
12. большие броски;
13. перегибы корпуса.

При освоении лексического национального материала в начале рекомендуется изучать основные виды движений, затем более сложные виды в простых сочетаниях, и только после этого в урок включаются комбинации, развернутые композиции. При изучении лексического национального материала нужно добиваться точной передачи национального характера и манеры исполнения той или иной народности.

Не следует перегружать учебные задания большим количеством различных элементов.

Образовательная программа
«Современный танец»

Пояснительная записка

Современный танец направлен на изучение различных стилей в современном танце (контактная импровизация, основы брейк-данса, лок-стиля и т.д.).

Система движений современного танца, призванная сделать тело дисциплинированным, подвижным и прекрасным, превращает его в чуткий инструмент.

Совершенная хореография классического танца используется при изучении современного танца как первооснова обучения в хореографической школе «Пластилин».

Современный танец в хореографической школе «Пластилин» является основной профилирующей дисциплиной, закладывающей фундамент исполнительской культуры.

Образовательными задачами программы «Современный танец» являются:

1. Совершенствовать технику исполнения модерн-джаз танца.
2. Изучать новые направления и стили в современном танце.
3. Осваивать приемы балетмейстерского мастерства. Участвовать в сочинении и постановке этюдов и номеров малой формы.
4. Активно участвовать в конкурсно-концертных выступлениях.

Цели образовательной программы «Современный танец»:

1. Формирование потребности воспитанников в совершенствовании знаний в области современного танца.
2. Влияние воспитанников на микросоциум.
3. Допрофессиональная подготовка.

Программа обучения в хореографической школе «Пластилин» рассчитана на 5 лет:

3-ий, 4-ый годы обучения – начальные классы – изучение основ современного танца;

5-ый и 6-ой годы обучения – средние классы – дальнейшее освоение различных направлений современного танца, закрепление и совершенствование уже полученных умений и навыков;

7-ой год обучения – ансамбль – старшие классы – дальнейшее совершенствование техники исполнения современных танцев и их выразительности с использованием знаний, полученных на других дисциплинах.

Занятия по предмету «Современный танец» проходят:

3 – 7 классы – два раза в неделю по два часа в соответствии с учебным планом (на 5 лет) и программами обучения для каждого класса.

Учебно-тематический план

3 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Введение в предмет.	2			2	опрос
II.	Разогрев.		20		20	показ
III.	Изоляция.		20		20	показ
IV.	Упражнения для позвоночника.		20		20	показ
V.	Уровни.		16		16	показ
VI.	Кросс. Передвижения в пространстве.		20		20	показ
VII.	Танцевальные комбинации.		32		32	зачёт
VIII.	Хореографический словарь.	4			4	опрос
IX.	Диагностика.			4	4	кон ур
X.	Воспитательная работа.		6		6	наблюд
ИТОГО:		6	134	4	144	

4 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Разогрев.		22		22	показ
II.	Изоляция.		20		20	показ
III.	Упражнения для позвоночника.		22		22	показ
IV.	Уровни.		16		16	показ
V.	Кросс.		16		16	показ
VI.	Танцевальные комбинации.		36		36	зачёт
VII.	Хореографический словарь.	4			4	опрос
VIII.	Диагностика.			4	4	кон ур экзам
IX.	Воспитательная работа.		4		4	наблюд
ИТОГО:		4	136	4	144	

5 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Разогрев.		22		22	показ
II.	Изоляция.		24		24	показ
III.	Упражнения для позвоночника.		24		24	показ
IV.	Уровни.		16		16	показ
V.	Кросс.		16		16	показ
VI.	Танцевальные комбинации.		32		32	зачёт
VII.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VIII.	Диагностика.			4	4	кон ур экзам
IX.	Воспитательная работа.		4		4	наблюд
ИТОГО:		2	139	4	144	

6 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Разогрев.		22		22	показ
II.	Изоляция.		24		24	показ
III.	Упражнения для позвоночника.		24		24	показ
IV.	Уровни.		16		16	показ
V.	Кросс.		16		16	показ
VI.	Танцевальные комбинации.		32		32	зачёт
VII.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VIII.	Диагностика.			4	4	кон ур экзам
IX.	Воспитательная работа.		4		4	наблюд
ИТОГО:		2	139	4	144	

7 год обучения

№ п/п	Т е м а	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
I.	Разогрев.		18		18	показ
II.	Изоляция.		24		24	показ
III.	Упражнения для позвоночника.		24		24	показ
IV.	Уровни.		16		16	показ
V.	Кросс.		16		16	показ
VI.	Танцевальные комбинации.		36		36	зачёт
VII.	Хореографический словарь.	2			2	опрос
VIII.	Диагностика.			4	4	кон ур экзам
IX.	Воспитательная работа.		4		4	наблюд
ИТОГО:		2	139	4	144	

Содержание тем программы

3 год обучения

Основными задачами первого года обучения являются:

1. Развитие гибкости позвоночника.
2. Развитие подвижности отдельных частей тела (центров и ареалов). Прием изоляции.
3. Развитие навыков координации в простейших комбинациях.
4. Освоение приемов расслабления и напряжения мышц.
5. Умение ощущать взаимосвязь дыхания и движения.
6. Развитие музыкальности и выразительности, художественного мышления и воображения в творческих импровизированных этюдах по созданию пластического образа. (Мимика, пантомима).

I. Разогрев.

1. Demi- и grande-plié из VI позиции (пятки и носки вместе), I, II (параллельной), II позиции ног.
2. Relevé на полупальцы. (I, II параллельная, II, VI позиции).
3. Battement tendu из VI и I позиций вперед, в сторону, назад.
4. Battement tendu pour le pied с опусканием пятки на пол и сокращением подъема (VI позиция) во всех направлениях.
5. Позиции рук: II, III, подготовительное положение или нейтральное – руки расположены вдоль торса, локти и кисти слегка округлены.
6. Pas saute из VI, II параллельных позиций.

II. Изоляция.

1. Голова. Виды движений:
   - наклоны вперед и назад, вправо, влево,
   - повороты вправо, влево.

   При поворотах голова строго вертикальна, подбородок параллелен плечу.
2. Плечи. Виды движений:
   - подъем одного или двух плеч вверх,
   - движение плеч вперед-назад,
   - круг плечами вперед и назад.
3. Грудная клетка. Виды движений:
   - движение из стороны в сторону,
   - движение вперед-назад,
   - подъем и опускание.

   Руки вытянуты в сторону, а кисти сокращены.
   При подъеме грудной клетки – вдох, при опускании – выдох.
4. Пелвис (бедра). Виды движений:
   - вперед-назад,
   - из стороны в сторону.

5. Руки. Руки могут исполнить множество сочетаний в различных плоскостях (впереди, вверху, сзади). Каждая часть руки: кисть, предплечье, пальцы, может двигаться изолированно.
6. Позиции рук:
   1) Нейтральное и подготовительное.
   2) Press-position. Локти согнуты, ладони впереди на косточках таза либо на диафрагме.
   3) Вторая позиция аналогична второй позиции рук в классическом танце.
   4) Третья позиция аналогична третьей позиции в классическом танце.
7. Ноги. Стопа, голеностоп могут двигаться изолированно (вытягиваться, сокращаться, вращаться).

III. Упражнения для позвоночника.

1. Flat back (плоская спина). Наклоны вперед, в сторону.
2. Deep body bend. Глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90^{o}.
3. Sidi stretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается.
   При наклонах исполняется выдох, при выпрямлении позвоночника – вдох.
   Deep body bend – в нижней точке наклона – расслабить мышцы рук, шеи, спины, при выпрямлении раскрыть руки на вторую позицию, напрягая мышцы рук и позвоночника.

IV. Уровни.

В упражнениях сидя и лежа исполняются упражнения на изоляцию. Особенно это эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела, и все центры двигаются более свободно.

В упражнениях сидя и лежа полезно выполнять упражнения стретч-характера, т.е. растяжки:

- фиксированные наклоны торса к ногам;
- пульсирующие наклоны торса к ногам;
- открытие ноги с помощью руки.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

1. Шаги примитива: шаги с носка; шаги на полупальцах.
2. Подскоки, галоп в сочетании с раскрыванием рук на II позицию со вдохом и выдохом.
3. Прыжки с двух ног на две, с одной ноги на другую без продвижения и с продвижением.

VI. Танцевальные комбинации.

Комбинации включают в себя все движения и упражнения, разученные учащимися.

Задание на развитие выразительности и воображения учащихся: создание пластического образа с помощью пантомимы и мимики. Можно использовать образы животных или насекомых.

VII. Диагностика.

1. Результатов обученности.

4 год обучения

Основными задачами второго года обучения являются:

1. Освоение приема изоляции в «чистом» виде (наклоны вперед, назад, вправо, влево, смещения вперед, назад, вправо, влево).
2. Изучение contraction в центре тела. Соединение contraction с release.
3. Развитие навыков взаимосвязи дыхания и движения:

   contraction – выдох, release – вдох.
4. Изучение позы коллапса. Начальный этап – умение расслаблять мышцы при наклонах торса и изгибах позвоночника.
5. Развитие координации в упражнениях на середине зала и в танцевальных комбинациях.
6. Развитие выразительности в элементарных этюдах по созданию хореографического образа (не с помощью пантомимы и мимики, а с помощью танцевальных па).

I. Разогрев.

1. Уже изученные упражнения классического танца

   (plié, relevé на полупальцы, battement tendu).
2. Battement tendu в сочетании с demi-plié:

   battement tendu – руки на II позиции;

   demi-plié – руки опускаются вниз, выдох;

   позиция ног VI, I.
3. Battement tendu jeté (VI, I позиции).

   Battement tendu jeté с сокращением стопы.

   Battement tendu jeté с plié, sauté:

   plié – выдох, руки опускаются из II позиции и, расслабляясь, скрещиваются,

   pas sauté – вдох, руки открываются на II позиции,

   по окончании прыжка повторяется plié – выдох.
4. Grand battement jeté у станка и с шагами на середине зала и по диагонали (вперед и в сторону). Позиции ног: VI и I.
5. Упражнения у станка: прогибы и наклоны торса, растяжки в положенях «рабочая нога на полу» и «рабочая нога на станке», demi-plié и grand-plié по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

II. Изоляция.

1. Голова. Sundari вперед-назад и из стороны в сторону.

При исполнении происходит смещение только шейных позвонков вперед-назад или из стороны в сторону, голова сохраняет строго нейтральное положение.

2. Плечи.

Полукруги. Могут исполняться одним или двумя плечами одновременно. Круг. Исполняется в двух направлениях: к себе и от себя; может исполняться плечами одновременно и каждым отдельно.

3. Пелвис (бедра). Комбинации движений:

- Вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр (крест).
- Квадрат – исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр.

4. Соединения в более сложные геометрические композиции, более сложные музыкально-ритмические рисунки.
5. Соединение в композициях одного центра с другим подобных «цепочек», т.е. из одного центра передавать импульс в другой.

III. Упражнения для позвоночника.

1. Flat back назад. Изучается лицом к станку.
2. Roll down – постепенное, начиная с головы, закручивание торса вниз.

   Roll up – обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение.
3. Roll down на demi-plié (II параллельная позиция ног) – расслабление – поза коллапса.
4. Первый этап изучения contraction лежа на спине: колени согнуты, стопы на полу, руки свободно опущены вдоль корпуса – поднять вверх бедра, не поднимая поясницу, поднять вверх плечи и голову как можно выше – точкой опоры служит только поясничный позвонок.

Движение исполняется на выдохе.

Второй этап изучения contraction – в положении сидя.

Используется frog-position. Во время вдоха спина вытягивается и напрягается, во время выдоха – округляется и расслабляется.

5. Твист торса. Твист или изгиб позвоночника. К этой группе движений относятся наклоны с изменением направления движения (вперед, в сторону, вниз). Само изучение этого движения начинается с головы. Проучивается в медленном темпе.
6. Спирали. Изучается в положении «сидя». Особое внимание уделять тому, чтобы движение начиналось со смещения тазобедренного сустава, постепенно переходящее в позвоночник.

IV. Кросс. Передвижения в пространстве.

1. Flat step (стопа во время шага полностью, плоско касается пола).
2. Шаг из танца «Ча-ча-ча».
3. Flat step с подъемом бедра вверх на каждый шаг;
   с поворотом головы вправо-влево;
   с наклонами головы вперед-назад;
   с движением плеч вверх-вниз.
4. Шаги в манере Джас;
   с поворотом из стороны в сторону;
   с поворотом вперед, назад.
5. Прыжки.
   Исполняется в сочетании с шагами, смена уровней.

V. Танцевальные комбинации.

В танцевальных комбинациях используются танцевальные шаги, прыжки, переходы в нижний уровень, повороты.

Использование в комбинациях партера.

Предлагается детям задание – создание танцующего образа.

В этом задании учащиеся используют любые известные ими танцевальные ра, сочиняют образ животного или насекомого.

Комбинации могут быть выстроены на основе движений, используемых в разных стилях хореографии.

VI. Диагностика.

1. Результатов обученности.

5 год обучения

Основными задачами третьего года обучения являются:

1. Дальнейшее совершенствование приема изоляции.

   Освоение таких технических приемов, как твист и шейк.

2. Закрепление навыков исполнения contraction в центр тела и release в сочетании с выдохом и вдохом.

   Изучение contraction – боковое сжатие.

3. Дальнейшее развитие подвижности позвоночника. Освоение таких технических приемов, как твист торса, body roll («волны»).
4. Развитие навыков использования уровней в упражнениях на середине и в танцевальных комбинациях.
5. Усложнение танцевальных комбинаций. Использование в них поворотов, прыжков, переступаний, танцевальных шагов.
6. Развитие хореографической памяти, хореографической фантазии, балетмейстерских качеств в заданиях по сочинению пластического образа, а также элементарных танцевальных комбинаций.

I. Разогрев.

В разогреве используются движения классического танца, соответствующие программе обучения по предмету «Классический танец», 5 год обучения.

II. Изоляция.

1. Голова. Наиболее распространенные комбинации:

   Крест. Наклон вперед - центр в сторону (вправо или влево), назад в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр.

   Квадрат. Те же направления без возврата в центр.

   Круг. Слитное соединение всех направлений.

   Свинговый полукруг. Свободное раскачивание головой справа налево.

   Sundari – крест.

   Sundari – квадрат.

   Sundari – круг.

2. Плечи.

   Твист плеч. Резкая смена направлений в движении плеч.

   Шейк плеч. Исполняется волнообразное потряхивание плечами.

   Крест. Квадрат. Полукруг. Круг.

3. Грудная клетка. Твист:
   - поднимание правой или левой стороны грудной клетки вверх;
   - торс исполняет спираль вправо или влево, а затем движение грудной клеткой из стороны в сторону.

III. Упражнения для позвоночника.

1. Flat back. Исполняется крестом, квадратом, в сочетании с demi-plié, relevé.
2. Твист торса.

   Твист – это движение, которое начинается от головы (изгиб или загиб):

   Curve. Загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону.

   Arch – арка. Это вариант curve, исполняемый назад.

   Твист плеч. Закручивание плеч, за которыми поворачивается торс.
3. Body rolls («волны»).
4. Изучение contraction в положении «стоя» в сочетании с demi-plié и работой рук.

IV. Уровни.

Последовательное перемещение из уровня в уровень.

Каждое положение исполняется на 2 такта.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

1. Латин уолк (Latin walk).
2. Flat step с ударами подушечками стоп поочередно правой и левой ногой, аналогично удар пяткой.
3. Шаги в модерн-джаз манере. Эти шаги исполняются с акцентом на «раз».
4. Шаги в рок манере. Эти шаги исполняются на счет «и – раз».
5. Прыжки с одной ноги на ту же ногу, с двух ног на одну.
6. Вращения на двух ногах. Tour chaine.
7. Вращения на одной ноге.

VI. Танцевальные комбинации.

В этом разделе используются все разучиваемые на уроках движения, упражнения, танцевальные шаги, прыжки, вращения.

Сочинение учащимися образа-настроения, образа-характера, на основе изученных танцевальных элементов.

VII. Диагностика.

1. Результатов обученности.

6 год обучения

Основными задачами четвертого года обучения являются:

1. Освоение технических приемов к разделу «Изоляция»:
   - для головы, плеч, грудной клетки, бедер – виды движений – крест, квадрат, круг;
   - для бедер – hip lift, shimmi, jelly roll.
2. Развитие координации, которая присутствует во всех разделах урока, где необходимо соединить движение двух или более центров в одной комбинации.
3. Освоение новых технических приемов для развития подвижности позвоночника:
   - спирали,
   - high release,
   - tilt.
4. Освоение техники вращения на двух ногах, на одной ноге.
5. Умение учащихся самостоятельно соединять несложные танцевальные па в отдельную танцевальную комбинацию. Самостоятельная работа.
6. Использование в танцевальных комбинациях все изученные перегибы и наклоны позвоночника, а также contraction (в центр тела и боковое), больших прыжков (pas jeté, pas assemble, sissonne fermee), вращений.

I. Разогрев.

В этом разделе используются все изученные элементы классического танца и танца модерн-джаза.

II. Изоляция.

1. Используются усложненные комбинации:
   - сочетание крест – квадрат,
   - наклоны круговые – sundari – круг (для головы),
   - шейк плеч – твист плеч,
   - грудная клетка: подъем – опускание – твист и т.д.
2. Пелвис (бедра):
   - hir lift – подъем бедра вверх,
   - chimmi – спиральное закручивание бедер,
   - jelly roll – дрожание бедер.
3. Ноги.
   - Kick (пинок) – резкий бросок ногой вперед или в сторону.

III. Упражнения для позвоночника.

1. Спирали.

Это внутреннее движение, оно начинается в тазобедренном суставе, приводя в движение позвоночник.

2. Положение high release – высокое расширение, торс приподнимается и немного перегибается назад, но голова не запрокидывается.
3. Tult (угол).

IV. Уровни.

1. Комбинации с использованием:
   - contraction,
   - release,
   - спирали и
   - твиста торса.
2. Перемещения из одного уровня в другой.
3. Упражнения стретч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

1. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере.
2. Шаги:
   - «брейк»,
   - «вог»,
   - «диско»,
   - «рэп» и т.д.

VI. Танцевальные комбинации.

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Сочинение учащимися собственных комбинаций на выбранную ими музыку.

VII. Диагностика.

1. Результатов обученности.

7 год обучения

Основными задачами пятого года обучения являются:

1. Дальнейшее освоение технических приемов одного из основных принципов джазового танца – изоляции: полицентрия, свинг, мультипликация, импульс.
2. Развитие координации в различных по темпу, по характеру, по стилю танцевальных комбинациях.
3. Соединение всех возможных движений торса в единые развернутые комбинации, с использованием падений и подъемов.
4. В разделе «Уровни» – освоение нетрадиционных способов передвижения: перекатов, кувырков, «колес» и др.
5. Развитие артистических способностей в развернутых танцевальных комбинациях различных стилей и направлений, с соответствующим музыкальным оформлением.
6. Развитие балетмейстерских способностей в сочинении этюдов учащимися, которые в исполнении авторов включаются в выпускные экзамены.

I. Разогрев.

В разогреве используются все изученные движения классического, народного и современного модерн-джаз танца.

II. Изоляция.

1. Полицентрия. Движение двух и более центров одновременно.
2. Свинг. Раскачивание, моторно-ритмическое движение, какой-либо части тела или всего тела целиком.
3. Импульс. При активизации центра мы затрачиваем определенное мышечное усилие, которое называется импульсом.

III. Упражнения для позвоночника.

Соединение всех возможных движений торса в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.

IV. Уровни.

Перемещение из одного уровня в другой с использованием перекатов, кувырков, переворотов, “колес”.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

Использование всего пространства класса.

Шаги с координацией двух и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации.

Выбор музыки, темы, работа над хореографическим текстом в сочинении этюда учащимися. Этюд исполняется автором и выносится на выпускной экзамен.

VI. Диагностика.

1. Результатов обученности.

Технология образовательного процесса

Основные принципы модерн-джаз танца относятся, прежде всего, к технике движения. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. Эти принципы были в основном заимствованы из джазового танца и из танца-модерн, а также из классического балета.

Принципы движения, заимствованные из джаз-танца:

1. Использование в танце позы коллапса.
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали.
3. Изолированные движения различных частей тела.
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений.
5. Полиритмия танца.

Принципы движения, заимствованные из танца-модерн:

1. Contraction и release (сжатие и расширение). Эти два термина связаны с положением торса, рук и ног.

   Contraction – сжатие, сокращение, т.е. относительное уменьшение объема тела или его части. Наиболее распространено contraction в центр тела, однако оно может быть и боковое, а также contraction руки или ноги.

   Противоположное понятие – release, т.е. расширение, когда тело или его часть расширяется в пространстве.

   Contraction и release тесно связаны с дыханием. Contraction исполняется на выдохе, release на вдохе. Взаимосвязь дыхания и движения приводит к естественности, придает динамическую окраску движениям.
2. Уровни.

   Модерн-джаз танец активно использует передвижения танцора не только по горизонтали, но и по вертикали. Расположение исполнителя на полу (в партере) употребляется достаточно часто.

   Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли.

В уроке модерн-джаза нет такой определенной последовательности движений, какая существует в классическом танце.

Однако при построении урока можно четко выделить шесть разделов:

I. Разогрев.

II. Изоляция.

III. Упражнения для позвоночника.

IV. Уровни.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

VI. Комбинации. Этюды. Танцевальные композиции.

I. Разогрев.

Задача первой части урока – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы.

В этом разделе много заимствований из классического экзерсиса: plié, relevé, battement tendu, jeté, различные виды port de bras. А также используются упражнения стретч-характера, т.е. растяжения, связанные со статическим напряжением мышц различных частей тела.

Возможна следующая система разогрева, которая, естественно, может варьироваться в зависимости от задач урока:

1. Упражнения у станка.
2. Разогрев на середине зала.
3. Упражнения в партере.

Педагог имеет возможность выбрать тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок, необходимых для выполнения задач урока.

Темп разогрева и его длительность могут быть различными, например, в младших классах темп разогрева умеренный, а его длительность составляет 1/3 часть урока, т.е. 15 – 20 минут.

II. Изоляция.

В этой части урока активизируется работа мышц различных частей тела, используются упражнения на напряжение и расслабление мышц всего тела и отдельных его частей. Изоляции, как правило, подвергаются все части тела: голова, плечи, грудная клетка, руки, бедра, ноги, стопы.

Основная задача педагога во время изучения изолированных движений – следить за тем, чтобы движение было действительно изолированным. Эта, на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, так как анатомически все центры (отдельные части тела) тесно связаны.

III. Упражнения для позвоночника.

Движение тела целиком без изоляции отдельных его частей – своеобразие танца-модерн. Основой этой техники служит, прежде всего, весь позвоночник, поэтому главная задача педагога – развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

Виды движений:

- Наклоны торса;
- Твист торса;
- Спирали;
- Body roll («волны»);
- Contraction, release;
- Наклоны торса, tilt (угол).

Техника исполнения:

1. Flat back (плоская спина).
   Наклоны, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию. Угол наклона (максимальный) – 90^{o}.
2. Deep body bend.
   Глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90^{o} с прямой спиной.

3. Side stretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается.
4. Твист торса. Изгиб позвоночника, который начинается с головы и исполняется до точки, расположенной ниже «солнечного сплетения».
   Поясница в этом движении участия не принимает.
5. Спирали. Это внутренне движение, оно начинается в тазобедренном суставе, и косточки бедер поворачиваются, приводя в движение позвоночник. Эти движения могут исполняться «сидя».
6. Body rolls («волны»).
   Последовательное волнообразное движение всех частей тела.
7. Contraction – это силовое движение, усилиями которого тело как бы сжимается в один центр. Contraction начинают изучать в положении «лежа», затем «сидя», а последний этап изучается в положении «стоя».
8. Tilt («угол»). Во время исполнения tilt позвоночник является центральной осью тела, но эта ось несколько смещается от строго вертикального положения. То есть корпус, сохраняя прямую линию, отклоняется вправо, влево или вперед.

IV. Уровни.

Наиболее распространенные варианты уровней:

1. Стоя:
   а) верхний уровень (на полупальцах),
   б) средний уровень (на всей стопе),
   в) нижний уровень (колени согнуты).
2. На четвереньках:
   а) опора на руках и на пальцах,
   б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки,
   в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.
3. На коленях:
   а) стоя на двух коленях,
   б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом направлении.
4. Сидя:
   а) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед),
   б) вторая позиция (ноги разведены в сторону),
   в) колени согнуты и соединены,
   г) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади другая согнута).
5. Лежа:
   а) на спине,
   б) на животе,
   в) на боку.

V. Кросс. Передвижения в пространстве.

Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль модерн-джаз танца. Традиционных, зафиксированных шагов, прыжков и вращений немного. Каждый из педагогов волен импровизировать и варьировать, как подсказывает ему педагогическое чутье.

Виды движений:

1. шаги;
2. прыжки;
3. вращения.

1. Шаги:

- шаги примитива;
- шаги в модерн-джаз манере;
- шаги в рок манере.

2. Прыжки:

- с двух ног на две;
- с одной ноги на другую с продвижением;
- с одной ноги на ту же ногу;
- с двух ног на одну.

3. Вращения:

- на двух ногах;
- на одной ноге;
- повороты по кругу;
- повороты в различных уровнях;
- лабильные вращения.

VI. Комбинации. Этюды. Танцевальные композиции.

В последнем, завершающем разделе урока все зависит от фантазии педагога и его балетмейстерских способностей.

Однако, главное требование комбинации – ее танцевальность, использование определенного рисунка движений, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающей индивидуальность исполнителя.

Образовательная программа «Современный танец» разделяется на три этапа:

1. Подготовительный этап – один год обучения – 3-ий класс школы с часовой нагрузкой – 4 часа в неделю.
2. Базовый этап – два года обучения – 4-ый, 5-ый классы школы (4 часа в неделю).
3. Итоговый этап – два года обучения – 6-ой, 7-ой классы школы (4 часа в неделю).

Общая и поэтапная результативность освоения программы

3 год обучения

Дети должны **знать:**

- Хореографический словарь;
- Demi- и grand-plié (параллельные позиции);
- Pour le pied (сокращение подъема);
- Пелвис (бедра);
- Flat back (плоская спина);
- Deep body lend (глубокий наклон);
- Sidi stretch (наклоны в сторону);
- Прием изоляции (активизируется работа мышц различных частей тела).

Дети должны **уметь**:

- выполнять движения отдельных частей тела;
- ориентироваться в пространстве;
- создавать пластический образ с помощью пантомимы и мимики с использованием образов животных или насекомых.

4 год обучения

Дети должны **знать**:

- Хореографический словарь;
- Изучение contraction в центр тела – выдох;
- Release – вдох;
- Roll down – постепенное, начиная с головы, закручивание торса вниз;
- Roll down на demi-plié – поза коллапса;
- Flat step (пластное касание стопы пола).

Дети должны **уметь**:

- исполнять позу коллапса, начальный этап – умение расслаблять мышцы при наклонах торса и изгибах позвоночника;
- ориентироваться в пространстве;
- создавать танцующий образ из всевозможных известных танцевальных па.

5 год обучения

Дети должны **знать**:

- Хореографический словарь;
- различие джаза классического (мюзик-холла) и джаза современного (уличного);
- хип-хоп, брейк, степ.
- основу танца модерн – contraction – выдох.

Дети должны **уметь**:

- запоминать комбинации, различные по своему темпу и ритму;
- использовать их соответственно музыкальному сопровождению;
- contraction в медленном темпе;
- координировать движение и дыхание.

6 год обучения

Дети должны **знать**:

- хореографический словарь;
- основу джаз-танца – африканский танец (афроджаз);
- High release, left.
- большие прыжки (pas jeté, pas assamble, sissonne fermee);
- вращения.

Дети должны **уметь**:

- исполнять виды движений изолированных центров (квадрат, круг, крест);
- исполнять прием изоляции (твист);
- грамотно исполнять упражнения для позвоночника.

7 год обучения

Дети должны **знать**:

- хореографический словарь;
- различие танца модерн и джаз-танца;
- современную пластику – слияние двух систем – модерн и джаз танца;
- свинг (раскачивание);
- импульс (определенное мышечное усилие).

Дети должны **уметь**:

- самостоятельно соединять уже изученные упражнения и движения в танцевальные комбинации;
- осваивать технику исполнения: изоляции, contraction, переход из одного уровня в другой;
- грамотное исполнение стретч-упражнений для позвоночника;
- сочинять небольшие хореографические этюды.

Диагностика результатов обученности

3 год обучения

1. Гибкость позвоночника.
2. Подвижность отдельных частей тела, прием изоляции.
3. Навыки координации в простейших комбинациях.
4. Напряжение и расслабление мышц.
5. Умение ощущать взаимосвязь дыхания и движения.

4 год обучения

1. Прием изоляции в чистом виде.
2. Contraction в центре тела, соединение contraction и release.
3. Позы коллапса.
4. Умение расслаблять мышцы.
5. Координация в упражнениях и в танцевальных комбинациях.
6. Выразительность в этюдах, создание хореографического образа.

5 год обучения

1. Прием изоляции освоение приемов твист, шейк.
2. Contraction – боковое сжатие.
3. Подвижность позвоночника: твист торса, body rolls («волны»).
4. Навыки использования уровней.
5. Использования поворотов, прыжков, переступаний, танцевальных шагов в танцевальных комбинациях.
6. Развитие хореографической памяти, фантазии в сочинительстве элементарных танцевальных комбинаций.

6 год обучения

1. Приемы изоляции.
2. Координация при исполнении всех движений.
3. Подвижность позвоночника.
4. Техника вращения.
5. Умение составить несложную танцевальную комбинацию самостоятельно.

7 год обучения

1. Освоение приемов джазового танца.
2. Координация в танцевальных комбинациях.
3. Исполнение комбинаций с падением, подъемом.
4. Нетрадиционные способы передвижения.
5. Сочинение этюдов.

Образовательная программа
«Основы акробатики»

Пояснительная записка

В 2017-2018 учебном году в программу «Хореографическая школа «Пластилин» был введен предмет «Акробатика».

Общеразвивающая программа «Акробатика» соответствует социальному заказу на формирование здорового образа жизни и физического развития современных детей. Большое внимание уделяется формированию компетенций в области обеспечения безопасной жизнедеятельности, основ анатомии и травматологии.

Хореография сама по себе является красивым и завораживающим искусством, а в синтезе с акробатическими элементами способствует развитию грации, осанки, красоты тела, танцы становятся разнообразнее, интереснее и живее. Уроки акробатики развивают такие физические данные как гибкость, сила, выносливость, память и ритм, помогают выявлению творческих задатков обучающихся, знакомят с практическими основами акробатического танца.

Акробатика – ценное средство развития смелости, решительности и ловкости.

Благодаря внедрению элементов акробатики, дети обретают правильную осанку, развивают устойчивость, координацию движений, красивую линию ног, легкость и изящество.

Образовательными задачами программы «Акробатика» являются:

1. Научить основным понятиям и терминам акробатики (положение корпуса, напряжение и расслабление мышц, основные акробатические элементы).
2. Обучить основам акробатики (изучение основных акробатических элементов, партерная акробатика, прыжковая акробатика и т.д.).
3. Развить физические качества и двигательные способности (дыхание, координация, ориентация в пространстве, силовые качества, гибкость, ловкость, прыгучесть).

Цели образовательной программы «Акробатика»:

1. Раскрытие спортивного и творческого потенциала воспитанника.
2. Формирование их нравственно-личностных качеств через обучение спортивной акробатике.

Программа обучения в хореографической школе «Пластилин» рассчитана 5 лет:

3 и 4 класс основного отделения – один раз в неделю по одному часа – изучение основ акробатики;

5 – 7 классы – один раз в неделю по два часа в соответствии с учебным планом и программами обучения для каждого класса – закрепление и совершенствование уже полученных умений и навыков.

Учебно-тематический план

3 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
1	Вводное занятие	1			1	опрос
2	Понятия и термины	1			1	тест
3	Физическая подготовка		14			зачет
4	Базовые элементы начальной подготовки		18			зачет
5	Итоговое занятие			1	1	контр урок
6	Воспитательная работа			1	1	наблюд
ИТОГО:		2	32	2	36	

4 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
1	Вводное занятие	1			1	опрос
2	Понятия и термины	1			1	тест
3	Физическая подготовка		12			зачет
4	Базовые элементы + новые элементы акробатики		20			зачет
5	Итоговое занятие			1	1	контр урок
6	Воспитательная работа			1	1	наблюд
ИТОГО:		2	32	2	36	

5 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
1	Вводное занятие	2			2	опрос
2	Понятия и термины	2			2	тест
3	Физическая подготовка		28		28	зачет
4	Базовые элементы + новые элементы акробатики		34		34	зачет
5	Итоговое занятие			4	4	контр урок
6	Воспитательная работа			2	2	наблюд
ИТОГО:		4	62	6	72	

6 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
1	Вводное занятие	2			2	опрос
2	Понятия и термины	2			2	тест
3	Физическая подготовка		28		28	зачет
4	Базовые элементы + новые элементы акробатики		34		34	зачет
5	Итоговое занятие			4	4	контр урок
6	Воспитательная работа			2	2	наблюд
ИТОГО:		4	62	6	72	

7 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов				Способ отслеж результ
		Теория	Практика	Диагностика	Всего	
1	Вводное занятие	2			2	опрос
2	Понятия и термины	2			2	тест
3	Физическая подготовка		28		28	зачет
4	Базовые элементы + новые элементы акробатики		34		34	зачет
5	Итоговое занятие			4	4	контр урок
6	Воспитательная работа			2	2	наблюд
ИТОГО:		4	62	6	72	

Содержание тем программы

3 год обучения

Основными задачами первого года обучения являются:

1. Проучивание упражнений для разминки, грамотно исполнять движения.
2. Уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе.
3. Научиться ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаться по линии танца.
4. Уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях.

I. Вводное занятие:
- Что такое акробатика;
- Правила техники безопасности.

II. Основание понятий и терминов, программных движений.

III. Физическая подготовка

Упражнения для рук:
- вращение кистей, предплечий;
- вращение всей руки в различных плоскостях;
- резкие движения руками с последующей их фиксацией в определенном положении.

Упражнения для шеи:
- поворот головы в стороны, наклоны вперёд, назад, в стороны;
- вращательные движения по кругу.

Упражнения для плеч:
- подъем и опускание, выдвижение вперёд, назад;
- вращательные движения.

Упражнения для корпуса:
- повороты в стороны, наклоны вперёд, назад;
- смещение верхней части корпуса (грудной клетки) вперед, назад, в стороны.

Упражнения для ног:
- смещение бёдер вперёд, назад, в стороны при неподвижной верхней части корпуса;
- выпады вперёд, в стороны, по диагонали,
- растяжки, вращение стоп.

IV. Изучение и отработка базовых элементов
- прыжки
-группировка
-гибкость, растяжка.

V. Тренировочные игры (проведение соревнований)
- Кто быстрее (на время)
- Кто сильнее (на кол-во)
- Кто резче
- Кто гибче

- Кто более растянут (шпагаты)

VI. Танцевальная импровизация
- Вставить элемент акробатики в танцевальную комбинацию.

VII. Итоговое занятие:
- Контрольный урок.

VIII. Воспитательная работа:
- Проведение бесед
- Анализ выступлений.

4 год обучения

Основными задачами второго года обучения являются:

1. Развивать акробатические способности и физические качества (прыгучесть, выносливость, силу, координацию)
2. Научиться понимать необходимость и важность разминочного процесса.
3. Знать название общеразвивающих упражнений и уметь правильно исполнять их.
4. Выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку в различных размерах.

I. Вводное занятие:
- инструктаж по технике безопасности;
- подведение итогов предыдущего года обучения;
- краткое описание программы второго года обучения;
- разъяснение принципов самостоятельной работы над техникой.

II. Физическая подготовка: - упражнения на все группы мышц (кисти, локти, плечи, грудная клетка, голова, шея, живот, бёдра, колени, стопы)

III. Изучение и отработка базовых элементов: прыжки, группировка, кувырки (вперёд, назад, боком), стойка, мостик, колесо.

IV. Тренировочная работа:
- отработка элементов.

V. Подбор музыкального материала:
- прослушивание, анализ.

VI. Элементы ритмики:
- работа под счет, отработка чувства танцевального ритма.

VII. Тренировочные игры (проведение соревнований).

VIII. Танцевальные импровизации:
- вставить элемент акробатики в танцевальную комбинацию.

IX. Итоговое занятие: контрольный урок.

X. Воспитательная работа:
- проведение бесед, анализ выступлений.

5 год обучения

Основными задачами третьего года обучения являются:

1. Знать термины и понятия основ акробатики.
2. Выполнять основные акробатические элементы (индивидуально и в группе).
3. Уметь правильно ориентироваться в пространстве.
4. Уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах.

I. Вводное занятие:
- инструктаж по технике безопасности;
- подведение итогов предыдущего года обучения;
- краткое описание программы третьего года обучения;
- разъяснение принципов самостоятельной работы над техникой.

II. Физическая подготовка: - упражнения на все группы мышц (кисти, локти, плечи, грудная клетка, голова, шея, живот, бёдра, колени, стопы…)

III. Отработка базовых элементов: прыжки, группировка, кувырки (вперёд, назад, боком), стойка, мостик, колесо.

IV. Тренировочная работа: - отработка элементов.

V. Подбор музыкального материала: - прослушивание, анализ.

VI. Элементы ритмики: - работа под счет, отработка чувства танцевального ритма.

VII. Тренировочные игры (проведение соревнований).

VIII. Танцевальные импровизации: - вставить элемент акробатики в танцевальную комбинацию.

IX. Итоговое занятие: контрольный урок.

X. Воспитательная работа: - проведение бесед, анализ выступлений.

6 год обучения

Основными задачами четвертого года обучения являются:

1. Научить правильно разминать все группы мышц.
2. Закрепить навыки и умения позволяющие гармонично развить мышечный корсет.
3. усложнение упражнений на ориентирование в пространстве, которые позволят в дальнейшем свободно чувствовать себя на сцене.
4. Освоение техники вращения на двух ногах, на одной ноге.
5. Выполнять основные акробатические элементы и сочетать с хореографическими движениями.

I. Вводное занятие:
- инструктаж по технике безопасности;
- подведение итогов предыдущего года обучения;
- краткое описание программы четвертого года обучения;
- разъяснение принципов самостоятельной работы над техникой.

II. Физическая подготовка: - упражнения на все группы мышц (кисти, локти, плечи, грудная клетка, голова, шея, живот, бёдра, колени, стопы…)

III. отработка базовых элементов: прыжки, группировка, кувырки (вперёд, назад, боком), стойка, мостик, колесо, шпагат, растяжка.
IV. Тренировочная работа: - отработка выученных элементов.
V. Подбор музыкального материала: - прослушивание, анализ.
VI. Элементы ритмики: - работа под счет, отработка чувства танцевального ритма.
VII. Тренировочные игры (проведение соревнований).
VIII. Танцевальные импровизации: - вставить элемент акробатики в танцевальную комбинацию.
IX. Итоговое занятие: контрольный урок.
X. Воспитательная работа: - проведение бесед, анализ выступлений.

7 год обучения

Основными задачами пятого года обучения являются:

1. Дальнейшее освоение технических приемов.
2. Развитие координации в различных по темпу и характеру движениях.
3. Освоение различных способов передвижения: «перекаты», «кувырки», «колесо» и т.д.
4. Развитие акробатических способностей.

I. Вводное занятие:
- инструктаж по технике безопасности;
- подведение итогов предыдущего года обучения;
- краткое описание программы пятого года обучения;
- разъяснение принципов самостоятельной работы над техникой.

II. Физическая подготовка: - упражнения на все группы мышц (кисти, локти, плечи, грудная клетка, голова, шея, живот, бёдра, колени, стопы)
III. Отработка базовых элементов: прыжки, вальсеты, рондаты, маховые, колесо и тд.
IV. Тренировочная работа: - отработка старых и новых элементов.
V. Подбор музыкального материала: - прослушивание, анализ.
VI. Элементы ритмики: - работа под счет, отработка чувства танцевального ритма.
VII. Тренировочные игры (проведение соревнований).
VIII. Танцевальные импровизации: - вставить элемент акробатики в танцевальную комбинацию.
IX. Итоговое занятие: контрольный урок.
X. Воспитательная работа: - проведение бесед, анализ выступлений.

Общая и поэтапная результативность освоение программы

3 год обучения

Дети должны **знать**:
- терминологию акробатики;
- способы выполнения элементов.

Дети должны **уметь**:
- выполнять отработанные движения и комбинации;
- выполнять основы акробатики, объяснить принцип выполнения элемента;
- самостоятельно проводить разминку и подготовку мышц к технической части занятий.

В конце учебного года, проведение открытого урока для родителей.

4 год обучения

Учащийся должен **знать**:
- терминологию акробатики;
- способы выполнения элементов;
- правила ориентирования в пространстве на сцене;
- способы выполнения движений и элементов.

Учащиеся должны **уметь**:
- выполнять отработанные движения и элементы;
- контролировать работу всех частей тела – корпуса, ног, головы, рук;
- уметь анализировать своё исполнение;
- уметь работать в паре и в коллективе.

В конце учебного года проведение открытого урока для родителей.

5 год обучения

Учащийся должен **знать**:
- терминологию новых элементов;
- правила выполнения изучаемых элементов;
- правила ориентирования в пространстве на сцене;
- способы выполнения движений и элементов.

Учащиеся должны **уметь**:
- выполнять отработанные движения и элементы;
- контролировать работу всех частей тела – корпуса, ног, головы, рук;
- уметь анализировать своё исполнение;
- уметь работать в паре и в коллективе.

В конце учебного года проведение открытого урока для родителей.

6 год обучения

Учащийся должен **знать**:
- терминологию акробатических элементов;
- правила выполнения изучаемых элементов;
- правила ориентирования в пространстве на сцене;
- способы выполнения движений и элементов.

Учащиеся должны **уметь**:
- выполнять отработанные движения и элементы;
- контролировать работу всех частей тела – корпуса, ног, головы, рук;
- уметь анализировать своё исполнение;
- уметь работать в паре и в коллективе, на разных площадках и покрытиях.

В конце учебного года проведение открытого урока для родителей.

7 год обучения

Учащийся должен **знать**:
- терминологию элементов акробатики;
- правила выполнения изучаемых элементов;
- правила ориентирования в пространстве на сцене;
- способы выполнения движений и элементов.

Учащиеся должны **уметь**:
- выполнять отработанные движения и элементы;
- контролировать работу всех частей тела – корпуса, ног, головы, рук;
- уметь анализировать своё исполнение;
- уметь работать индивидуально, в паре и в коллективе.

В конце учебного года проведение открытого урока для родителей.

Управление программой

К годовой аттестации допускаются все учащиеся переводных классов (с 1-го по 6-ой). Выпускным считается 7-ой класс.

Годовая аттестация включает в себя проверку техники исполнения классического, современного, народного танцев, ритмики и балетной гимнастики. Выявляется уровень усвоения знаний, умений, навыков, изложенных в программных требованиях.

От сдачи экзаменов могут быть освобождены призеры районных, городских, областных и т.д. конкурсов и фестивалей.

Аттестация проводится в виде контрольных уроков и экзаменов.

№ п/п	Предмет	Форма аттестации по годам обучения	
		Контрольный урок	Экзамен
1.	Классический танец	4, 6	3, 5, 7
2.	Современный танец	3, 5	4, 6, 7
3.	Народно-сценический танец	3, 5, 6	4, 7
4.	Акробатика	3, 5	4, 6, 7
5.	Ритмика. Балетная гимнастика	1	2

Результаты аттестации при выставлении итоговой отметки имеют рекомендательный характер.

Аттестация учащихся включает в себя дополнительные устные вопросы, тестирование.

Полугодовые и годовые оценки выставляются за два дня до начала аттестационного периода, и влияют на решение методического объединения студии на перевод учащихся.

Итоговая аттестация проводится в 7-ом классе и выявляет успешность полного освоения содержания программы хореографической школы «Пластилин» по всем предметам.

Оценка результатов обученности выставляются по следующим критериям:

- уровень развития физических данных (балетный шаг, подъем, выворотность, гибкость);
- техника исполнения движений у станка и на середине зала;
- двигательно-слуховая координация;
- прыжок;
- выразительность.

Оценки должны оказывать положительное влияние на самооценку, обеспечить эмоциональное благополучие и стимулировать мотивацию детей к познанию и творчеству.

Учащиеся, окончившие хореографическую школу и сдавшие выпускные экзамены, получают свидетельство о базовом дополнительном образовании.

Условия реализации программы

Для успешной реализации образовательной программы хореографической школы «Пластилин» имеется:

1. методическое обеспечение;
2. краткое описание УМК;
3. социологическое и психолого-педагогическое сопровождение;
4. кадровое обеспечение.

Воспитание

ВОСПИТАНИЕ

Цель воспитательной работы:

развитие личности ребенка через осознание ценностей образования, формирование уважительного отношения к культуре, науке и истории России, Самары и Самарской области.

Задачи воспитательной работы:

- формирование у воспитанников ценностных ориентаций, понятий, принципов, обеспечивающих необходимые условия подготовки к общественной жизни и труду через активный досуг;
- формирование увлеченности танцевальным искусством;
- осуществление допрофессиональной подготовки воспитанников через их активное участие в организации досуговых мероприятий для воспитанников Центра и образовательных учреждений района;
- воспитание гражданственности и патриотизма, трудолюбия и самостоятельности, требовательности к себе.
- формирование устойчивого интереса к знанию и самосовершенствованию;
- просвещение детей в сфере культурных достижений
– воспитание любви к Родине, гордости за историю России, Самарской области и родного края.

Ожидаемые результаты:

-овладение детьми знаниями о культурных и исторических особенностях России и региона.
– проявление уважения к культурному наследию и традиционным ценностям.
– повышение уровня гражданской ответственности и осознания значимости исторического прошлого.

Методы воспитания:

– метод убеждения и личный положительный пример взрослого.
– совместная деятельность, моделирование ситуаций.
– практические упражнения и творческая активность.
– рефлексия и развитие навыков самооценки и самоконтроля.

Формы воспитательной работы с детьми:

– тематические уроки и викторины.
– экскурсионные мероприятия и прогулки по достопримечательностям.
– театральные постановки, концерты и народные праздники.
– учебные занятия.

Организация работы с родителями:

– родительские собрания и консультации.
– открытые занятия и совместные мероприятия.
– анкетирование и опросы, обратная связь через онлайн-каналы.

Диагностика результатов воспитательной работы:

– анализ результатов наблюдений за поведением и реакциями детей.
– отзывы родителей и преподавателей, проведение опросов и обсуждений.
– фиксирование изменений в отношении детей к воспитательным ценностям и патриотизму.

Условия реализации воспитательной работы:

Мероприятия осуществляются на базе образовательной площадки МБУ ЦДОД «Искра», а также на выездных объектах культурного наследия.

Методическое обеспечение

Для реализации образовательного процесса используются следующие формы и методы обучения искусству хореографии:

1. Словесные методы:

- объяснение (хореографический словарь, образная характеристика исполнения);

- метод рассказа, описания, рассуждения, которые используются при изложении творческого портрета артиста, при сообщении новых знаний, их закреплении и повторении пройденного материала.

2. Наглядные методы – демонстрации:

- различные виды показа (видеометод, вербально – аудиальный метод, и др.)

- метод хореографической демонстрации используется практически на каждом уроке, как в виде исполнения движений, фрагментов из танцев преподавателем, так и путем воспроизведения с помощью технических средств.

3. Практические методы:

- приобретаемые на уроке знания учащимися закрепляются в практической деятельности через различные формы практических заданий (упражнения, комбинации, экзерсисы у станка, на середине).

4. Методы развивающего обучения:

- метод проблемного изложения, эвристический (частично – поисковый) метод, метод педагогической драматургии, метод импровизации, метод диалога – все эти методы позволяют педагогу устанавливать обратную связь с учащимися, благодаря чему можно своевременно внести коррективы в процесс преподавания. Для развития логики хореографического мышления важно использовать возможности диалогического общения с учащимися.

Наряду с методами организации учебной деятельности учащиеся на занятиях используются различные формы педагогического контроля и оценки. Основными формами контроля на уроке является устная выборочная проверка, фронтальный опрос и практические занятия. При индивидуальном опросе преподаватель имеет возможность обстоятельно проверить усвоение отдельными учащимися знания хореографических правил и законов. Фронтальный опрос позволяет осуществить проверку знаний всех учащихся. Оценка и контроль практических знаний и умений у учащихся отслеживаются в следующих формах:

- практические и учебные задания (упражнения, комбинации, этюды, экзерсисы у станка, на середине зала, экзерсис – allegro, урока в целом);

- творческие задания (практические сочинения учащимися);

- контрольные хореографические уроки по полугодиям;

экзаменационные уроки;

- сценические выступления учащимися (участие в класс-концертах, отчетных концертах, конкурсах).

При подведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующие:

- оценка годовой работы ученика, выведенная на основе текущих оценок;

- оценка ученика за выступление на экзамене;

- другие выступления ученика в течение учебного года.

Перевод учащихся в следующие классы и выдача свидетельств выпускникам школы оформляются приказом директора ЦДОД на основании решения педагогического совета хореографической школы.

Дидактическое обеспечение

Дидактическое обеспечение включает в себя:

- методический материал созданный педагогами школы;
- конспекты занятий, методические разработки и рекомендации;
- аудиоматериалы (по классическому, народному и современному танцу);
- нотный материал по ритмике, балетной гимнастике, классическому, народному и современному танцу;
- видеоматериалы (записи профессиональных коллективов, детских хореографических ансамблей, записи занятий и концертов, семинаров).

Техническое обеспечение

Техническое обеспечение включает в себя:

- хореографические залы (классы);
- хореографические станки;
- зеркала;
- фортепиано;
- стулья;
- помещения для раздевалки;
- телевизор;
- видеомагнитофон;
- паласы;
- костюмерную;
- костюмы.

Кадровое обеспечение

Кадровое обеспечение состоит из:

- квалифицированного педагога по хореографии;
- квалифицированного концертмейстера;
- костюмера;
- звукооператора.

Программа повышения квалификации:

- курсы повышения квалификации;
- мастер-классы;
- семинары.

Список рекомендуемой литературы

Основная литература для педагогов

1. Арсоев В.А. Осетинский народный танец. Самара. 2014 г.
2. Базарова Н., Мей Б. Азбука классического танца. Л., 1983 г.
3. Богданов Г. Урок русского народного танца. М., 1995 г.
4. Богоявлевская Т. Иной танец. М.: Век информ., 2013 г.
5. Борисов – Дрондин А.И. Танец классический. Самара,: Издательство СГПУ, 2003г.
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. С-Пб., 2000 г.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб., 2000 г.
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л.: Искусство, 1980 г.
9. Васильева Т. Тем, кто хочет учиться балету. М.: ГИТИС, 1994 г.
10. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. Самара, 1992 г.
11. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. Орел, 1999 г.
12. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1981 г.
13. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. Л., 1981 г.
14. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. Л: Искусство, 1972 г.
15. Костровицкая В.С. Классический танец. М.: Сов. Россия, 1961 г.
16. Котельников Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений. Л., 1980 г.
17. Лопухов Л., Ширяев, Бочаров А. Основы характерного танца. М., 1939 г.
18. Никитин В. Модерн-джаз танец (начало обучения). М., 1998 г.
19. Никитин В. Модерн-джаз танец (продолжение обучения). М., 2001 г.
20. Пасютинская В.М. Путишествие в мир танца. М, 2006 г.
21. Руднева С., Фиги Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., 1972 г.
22. Смит Люси. Танцы. Начальный курс. М., 2001 г.
23. Столович Л. Жизнь – творчество – человек: Функции художественной деятельности. М.: Политиздат, 1985 г.
24. Танцы народов СССР. М., 1964 г.
25. Тарасов Н.И. Классический танец. М.: Искусство, 1981 г.
26. Тарасов Н.И. Классический танец. М., 1971 г.
27. Ткаченко Т. Народные танцы. М.: Искусство, 1975 г.
28. Ткаченко Т. Народный танец. М., 1967 г.
29. Телегин А.А. Методические рекомендации по предмету: «Ритмика и танец». Самара, 1992 г.
30. Телегин А.А. Композиция и постановка танца. Самара, 1998 г.
31. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. М., 1985 г.
32. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. М.: Владос, 2004г.

Основная литература для воспитанников

1. Журнал: «Мы играем и поем», инсценировки игр, песен, хороводов и сценарии праздников для детей младшего и среднего школьного возраста. Пушкин С.И. – М., 2001 г.
2. Журналы: «Воспитание искусства», «Искусство в школе», «Внешкольник».

Календарный план воспитательной работы 2026-2027 учебный год

	Название события, мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт
1	Участие в социально-значимых мероприятиях центра «Искра»	Сентябрь-май	Показ концертных номеров, фотоотчет и видеонарезка номера, размещенные на сайте/в соцсетях центра «Искра». Отзывы родителей.
2	Знакомство с лучшими хореографическими коллективами России «Березка», «Тодес» и классических коллективов.	Октябрь	Просмотр и разбор концертов(фрагменты): обсуждение композиции, артистизма, техники. Форма: просмотр + вопросы.
3	Лекция-показ «История русского танца»	Октябрь	Видео, рассказ, разбор 2–3 движений.
4	Посвящение в «хореографы»	Ноябрь	Ритуал, вручение символики, мини-концерт новичков. Цель: мотивация, чувство принадлежности.
5	Новогодние утренники и спектакли	Декабрь	(2–3 номера от разных групп). Цель: сценическая практика, праздничное настроение.
6	Открытый урок для родителей	Декабрь	Фото детей в процессе занятия. Протокол промежуточной аттестации.
7	Новогоднее чаепитие и Тим-билдинг	Декабрь	Фотоколлаж «Наша дружная команда» для стенда учреждения. Новогодняя дискотека.
8	Мастер класс по современному танцу	Январь	Показ + практические занятия
9	Лекция-показ фрагментов из балетных спектаклей	Январь	Видео, рассказ, разбор миниатюр.
10	Международный день танца	Апрель	Посещение спектакля театра танца «Скрим»

11	Отчетный концерт года	Апрель	Полная видеосъемка концерта. Фотоальбом с лучшими кадрами сезона. Годовой отчет на сайте учреждения «Искра».
12	Итоговые экзамены	Май	Открытые уроки. Видео- фото- отчет.
13	Выпускной вечер	Май	Вручение свидетельства об окончании ХШ «Пластилин», мини-концерт воспитанников коллектива, дискотека.
14	Фотосессия выпускников	Май	Общий альбом, фото для соцсетей центра «Искра»
15	Итоговое родительское собрание	Май	Итоги года, планы на лето. Интенсивы, самостоятельная работа, просмотр видео и анализ профессиональных коллективов.