

Муниципальное автономное образовательное учреждение гимназия № 56 города Томска

Согласовано
На заседании НМС
Протокол № 1
от 26.08.2019г.



Утверждаю
директор МАОУ гимназии №56
И.И. Буримова
Приказ № 136 от 02.09.2019г.



Адаптированная дополнительная образовательная

общеразвивающая программа

Художественной направленности

Хореография

для обучающихся с ОВЗ (вариант 5.2)

Для обучающихся: 1-9х класов

Срок реализации: 9 лет

Составил(и):
Педагог дополнительного образования
МАОУ гимназии №56
Чудакова Галина Владимировна

Томск 2019.

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» для обучающихся с нарушениями речи, вариант 5.2 составлена в соответствии с нормативно-правовыми и экономическими основаниями проектирования и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ; Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденного Министерством образования науки РФ 6 октября 2009г. Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014г. № 1598); (Приказ МоиН РФ № 373 от октября 2009г.);
- приказом Минобрнауки РФ от 31.12.2015г. №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373» (Зарегистрировано в Минюсте России 02.02..2016г. № 40936);
- письмом Минобрнауки Российской Федерации «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» от 14.12.2015 г.;
- письмом Минобрнауки Российской Федерации «О направлении методических рекомендаций» от 18.08.2017 г. № 09-1672 (приложение: Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности);
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой среднего общего образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015г. №4/15.
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях" (с изменениями и дополнениями от 29.06.2011г. №85, от 25.12.2013г. № 72, от 24.11.2015г. №81)
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 (далее – Порядок).
- Концепцией координации деятельности муниципальных методических служб в рамках пилотного проекта «Межрегиональное сетевое партнерство: Учимся жить устойчиво в глобальном мире: экология, здоровье, безопасность (Программа Унитвин Юнеско).
- Адаптированной основной образовательной программой среднего общего образования МАОУ гимназии № 56 г. Томска для обучающихся с нарушениями речи, вариант 5.2.

Актуальность программы объясняется направленностью на формирование интересов и способностей в сфере хореографии, общей культуры воспитанников, продуктивной организации их досуга, творческих способностей и презентации результатов деятельности на различных уровнях.

Цель программы:

Средствами хореографии помочь обучающемуся с ТНР получить образование, соответствующее по конечным достижениям образованию сверстников, не имеющих нарушений речевого развития, но в более пролонгированные календарные сроки при нахождении ребенка в условиях общего образовательного потока.

Задачи программы:

- сформировать предметные компетентности в области хореографии: знания о многообразии видов и жанров искусства хореографии, истории танцевального искусства, танцевальных жанрах (классический, народный, современный танцы);
- сформировать базовые хореографические навыки творческого выражения заданного образа;
- приобщить воспитанников к истории искусства танца, его традициям, пониманию значимости танца в жизни народа;
- выявить и развить способности: музыкальный слух, память, чувство ритма, умений говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно;
- сформировать навыки коллективного творчества, сотрудничества;
- сформировать такие качества личности, как терпение, целеустремленность, трудолюбие, выносливость, стремление к самосовершенствованию и творческому росту;
- сформировать потребности и навыки сохранения и укрепления здоровья.

Коррекционные задачи:

- развивать сенсорно-перцептивные функции;
- развивать внимание, память, восприятие, алгоритмическое мышление, воображение, логические операции сравнения, классификации, сериации, умозаключения;
- формировать и закреплять в речи абстрактные, отвлеченные, обобщающие понятия;
- развивать процессы символизации, понимания и употребления сложных логикограмматических конструкций;
- развивать способность пользоваться полученными знаниями при решении соответствующих возрасту бытовых задач.

В образовательном процессе используются следующие виды дифференцированной помощи:

- знакомство с новым материалом развернуто, пошагово;
- изучение нового материала с опорой на модальность: слуховую, зрительную, кинестетическую;
- пошаговое предъявление инструкции;
- опора на жизненный опыт ребёнка;
- использование мнестических опор, наглядных, дидактических материалов;
- использование в процессе обучения всех видов деятельности – игровой, предметнопрактической, учебной путём изменения способов подачи информации;
- использование более широкой наглядности и словесной конкретизации общих положений большим количеством наглядных примеров и упражнений, дидактических материалов.

Адаптация программы осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования для обучающихся с ОВЗ, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы среднего общего образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, вариант 5.2. Сущность специфических для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, вариант 5.2 образовательных потребностей учитывается при организации дополнительного образования.

Общая характеристика курса

Центральным направлением реализации данной программы в соответствии с требованиями федерального государственного стандарта начального общего образования является общекультурное развитие личности.

Преобладающими видами деятельности в рамках реализации программы являются досугово-развлекательная и спортивно-оздоровительная деятельность.

Программа направлена на работу с разными группами обучающихся, в том числе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, так как позволяет выстроить каждому участнику внеурочной деятельности индивидуальную траекторию развития, основанную на разнообразных видах активной деятельности.

Реализация программы данного курса наличие УМК не предусматривает.

Преимственность программы «Хореография» обеспечивается тесной связью с содержанием других предметных областей, прежде всего «Литературным чтением», «Музыкой». Кроме того программа курса направлена на реализацию принципов образования в интересах устойчивого развития, что определяет «сквозной» характер работы по изучению «зеленых аксиом» в рамках модели дополнительного образования гимназии в целом.

Приоритетные **формы проведения занятий курса** – показ, беседа, ролевая игра, экскурсия (в том числе, и виртуальные), викторина, выступления.

Рабочая программа, учитывая необходимость реализации в дополнительном образовании метапредметной функции, направлена на **достижение планируемых личностных и метапредметных результатов**, включающих межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные): формирование внутренней позиции школьника, освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности данного возраста; планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; переработка информации для получения необходимого результата; освоение обучающимися успешного опыта коммуникации средствами курса «Хореография».

3. Описание места курса в плане дополнительного образования

Режим занятий соответствует определенному курсу обучения и учебной часовой нагрузке:

- 2 раза в неделю (1-4 классы);
- 3 раза в неделю (5-9 классы);
- 2-4 часа в неделю при вынужденной корректировке учебных часов или дисциплин.

На основании учебного плана МАОУ гимназии № 56 на реализацию данной программы в 1 классе отводится 66 часов в год, 2 часа в неделю; во 2 классе отводится 136 часов в год, 4 часа в неделю; в 3 классе отводится 136 часов в год, 4 часа в неделю; в 4 классе отводится 136 часов в год, 2 часа в неделю, в 5 - 9 классе 204 часа в неделю 3 раза в неделю. Данный курс не предусматривает проведение аудиторных занятий. Теоретические сведения сообщаются в процессе проведения практических занятий.

Программа дополнительного образования «Хореография» предназначена для обучающихся 1 – 9 классов.

4. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования содержание рабочей программы направлено на достижение метапредметных и личностных результатов освоения программы «Хореография».

Метапредметными результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД

Обучающийся научится:

- способность принимать и сохранять учебную цель и задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей
- прогнозировать, контролировать, осуществлять коррекцию, самооценку

Обучающийся получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу и самостоятельность в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия

Познавательные УУД Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (*включая электронные, цифровые*), *в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;*
- перерабатывать информацию для получения необходимого результата, в том числе и для создания нового продукта;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- осуществлять выбор оснований и критериев для сравнения;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений, построение логической цепи рассуждений

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- перерабатывать информацию для получения необходимого результата, в том числе и для создания нового продукта;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ

Коммуникативные УУД

Обучающийся научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;

- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Личностные результаты

У обучающихся будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к саморазвитию

Обучающийся получит возможность для формирования:

- ориентации на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
 - внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
 - выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
 - устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
 - адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им,

выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия. Программа позволяет достигнуть **воспитательных результатов трёх уровней: Первый уровень результатов** – приобретение школьником социальных знаний (взаимодействие ученика с педагогами как значимыми для него носителями социального знания и повседневного опыта): приобретение учащимися представлений о темпе, ритме, амплитуде движений, способности выполнить определённые танцевальные движения; приобретение школьниками знаний о правилах групповой работы, основ этикета и грамотной манеры поведения в обществе, представлений об актёрском мастерстве; получение сведений о танцах разных народов и различных эпох и формирование позитивного отношения школьника к традициям других народов, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Второй уровень результатов – формирование у школьника опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом (равноправное взаимодействие школьника с другими школьниками на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной ему среде): развитие ценностного отношения школьников к культуре, труду, воспитание чувства сопереживания к товарищам; развитие потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни, гармонизация развития учащихся, расширение рамок культурного образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области литературы, фольклора.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного социального действия: приобретение опыта публичного выступления; зная об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве; конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике; приобретение умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни школьник разрабатывает социальные проекты и защищает их.

К концу обучения учащийся будет/сможет:

Модуль «Хореография»
Овладеть основными знаниями и умениями по классической, народной и современной хореографии
Свободно владеть танцевальной терминологией
Владеть техникой и манерой исполнения
Развить и усовершенствовать свои профессиональные и физические данные
Развить мышечную, зрительную, музыкальную память, а также координацию движения
Обладать музыкальностью и выразительностью в передаче танцевального образа

В процессе работы по данной программе осуществляется индивидуальный подход к каждому ребенку, который основан на принципах педагогики сотрудничества и личностно-ориентированного взаимодействия с детьми. Программа включает в себя все виды деятельности, взаимодействие учителей и родителей, использование запланированного, ситуативного и косвенного методов общения с детьми.

Для создания благоприятного климата в коллективе задача педагога заключается в том, чтобы помочь детям *осознать свои ценности и установить свои приоритеты*, стать более терпимыми и внимательными, испытывать меньше страхов, стрессов и чувствовать себя менее одинокими. Научить простым принципам: избегай лжи и тайн, не трать больше, чем у тебя есть, научись отдыхать, доводить начатое до конца.

Чтобы в группах сложился благоприятный климат, необходимо научить детей *сотрудничать*. В этом поможет *проведение традиционных коллективных мероприятий*. В ходе организации и подготовке этих мероприятий дети имеют возможность *получать новые впечатления, приобретают опыт общения друг с другом, умеют самостоятельно добывать знания, информацию, т.е. формируют УУД*.

Помимо получений знаний, умений и навыков, обучающиеся *формируют высокий уровень компетентностей*, активная концертная деятельность, возможность участия в фестивалях – конкурсах различного уровня в трех номинациях (хореография, театр моды и авторские хореографические постановки).

Система оценочных средств выявления результатов реализации программы:

В целях качественной реализации программы предусмотрена система оценочных средств:

1. **Конкурсный рейтинг** (освещается в открытой форме; результаты оглашаются публично; свидетельствует о групповой динамике);
2. **Содержательный (компетентностный) индивидуальный рейтинг** (доступен только педагогическому коллективу и ребенку, в отношении которого он формируется; результаты не придаются публичной огласке, а предоставляются лично каждому ребенку в форме собеседования, свидетельствует о продвижении каждого конкретного ребенка в уровнях освоения программы);
3. **Мониторинг**, включающий в себя:
 - Входную диагностику
 - Промежуточную диагностику: контрольный срез по модулям и т.д.
 - Итоговую диагностику: творческий отчет, защита проекта, публичное выступление и др.
 - Текущий мониторинг

Карты мониторинга разработаны с учетом вида деятельности коллектива. Карта позволяет вести поэтапную систему контроля над обучением учащихся и отслеживать динамику образовательных результатов обучающихся, начиная с первых шагов (стартовая диагностика). Этот способ оценивания – сравнение ребенка не с другими детьми, а только с

самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Суммарный итог результатов (бальная система, цветопись, фиксация уровней освоения программы – высокий, средний, низкий), дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, соответствие заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения. Результаты, итоги фиксируются:

- в индивидуальной карточке развития ребенка
- журнале.

Хореография
Контрольная точка
Открытое занятие (публичное выступление)
Экзамен
Класс – концерт
Отчетный концерт

Условия реализации программы

1. Наличие необходимого места для занятий:
 - Специально оборудованные хореографические классы: станки, зеркала, помещение для переодевания,
 - класс для теоретических занятий;
2. Наличие технических средств обучения.
3. Наличие специальной формы для занятий (купальники, балетное трико, мягкая балетная обувь, джазовая обувь, каблучная обувь для народного танца);
4. Обеспечение уроков музыкальным сопровождением (концертмейстер: фортепьяно, баян);
5. Наличие методической литературы по хореографии и композиции постановки танца, нотного материала;
6. Наличие необходимого инвентаря для хореографии: коврики, балетное трико
7. Наличие костюмерной.
8. Для новых творческих работ (хореографические номера и коллекции театра моды) необходим пошив сценических костюмов, за счет спонсорской помощи, либо финансовой поддержки родителей.
9. Участие в конкурсах и фестивалях разного уровня осуществляется за счет материальной помощи от спонсоров и родителей обучающихся.
10. Кадровое обеспечение.
 - Педагог дополнительного образования;
 - сопровождение психологической службы.

Программа «Хореография» направлена на создание целостной культурно-эстетической среды для успешного развития ребенка. Результативность обучения по этой программе подтверждена высокой количественной и качественной сохранностью контингента, высокими достижениями обучающихся в конкурсах и фестивалях различного уровня, востребованностью коллектива на главных сценических площадках города.

Содержание программы.

№	Предмет, темы	Количество часов			
		1 г.о.		2 г.о.	
		Теор.	Прак.	Теор.	Прак.
1.	Логопедическая ритмика:				
	• введение в предмет		2		
	• упражнения на развитие памяти, артикуляционного аппарата и координации		20		
	• упражнения сюжетно-хореографического характера, подвижные игры		12		
2.	Гимнастика:				
	• упражнения для укрепления костно-мышечного, суставно-мышечного аппарата (партерная гимнастика)		14		14

	• развитие физических данных (шаг, гибкость, выворотность)		6		10
	• Развивать силу ног и выносливость, правильную постановку тела.		6		8
3.	Ритмика:				
	• элементы музыкальной грамоты				12
	• упражнения на развитие ориентации в пространстве				6
	• танцевально-тренировочные упражнения				6
4.	Повторение, закрепление пройденного материала		6		6
	Итого:		66		68

Содержание занятий 1 года обучения

Логопедическая ритмика

Эффективным методом преодоления речевых нарушений является логопедическая ритмика - одна из форм активной танцевальной терапии, которая ставит перед собой *цель*: преодоления речевых нарушений путем развития, воспитания и коррекции у детей с речевой патологией двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой.

Задачи:

- Развитие дыхания, моторных функций, слухового, зрительного внимания, памяти, мимики лица;
- Развитие чувства ритма, темпа. Способности восприятия музыкальных образов и умения ритмично, выразительно двигаться в соответствии с данным образом;
- Умение расслабиться, снять напряжение.

Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру.

Стадии работы:

- обучить навыкам регуляции мышечного тонуса и правильного дыхания;
- совмещение задач ориентировки тела в пространстве и развития чувства ритма;

Последовательность при работе над ритмизированными текстами: прослушивание ритма стихотворения, отхлопывание его ладонями, воспроизведение текста стихотворения с движениями.

- усложнение хореографии, координации в пространстве, текстов, воспроизведение упражнений с закрытыми глазами, чтобы обратить внимание детей на слуховые, тактильные и двигательные ощущения.

Логоритмические упражнения имеют сюжетно-хореографический характер, доступны и интересны детям. Активная форма танцевальной терапии словесный материал, к которой подбирается в соответствии с темой занятия, легко запоминается, что способствует обогащению словарного запаса.

Содержание предмета:

- упражнения для развития общей моторики, чувства музыкального темпа и ритма.
- упражнения для развития слухового и зрительного внимания.
- упражнения для развития дыхания, артикуляции и голоса.
- упражнения для развития мимики лица.
- подвижные игры.
- упражнение на релаксацию.
- упражнения для развития мышечного тонуса и ориентировки в пространстве.
- упражнения для развития внимания.
- упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук.
- упражнения для развития творческой инициативы.
- повторение и закрепление пройденного материала

Гимнастика

Задачи:

- Дать представление о строении тела и мышц;
- Сформировать правильное положение корсетных мышц, положения ног, стоп;
- Укрепить костно – мышечный аппарат.

Содержание предмета:

- постановка корпуса.
- основные положения ног: подготовительная, VI позиция.
- основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.
- упражнения для гибкости спины
- упражнения для стоп, подъема vi позиции ног.
- упражнения для ног.
- упражнения для эластичности мышц ног (растяжка)
- прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом, разножка).
- повторение и закрепление пройденного материала.

Содержание занятий 2 года обучения

Ритмика

Задачи:

- Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться;
- Передавать содержание музыки в движении (работа на образ);
- Познакомить с основными понятиями: музыка, темп, такт.

Содержание предмета:

- связь музыки и движения.
- понятие «мелодия».
- характер мелодии: веселая, грустная, торжественная.

- темп музыки (ускорение и замедление, музыкальное вступление, музыкальная фраза, начало и конец музыкальной фразы).
- ритм музыки (характеристика музыкальных образов, подбор выразительных движений для создания образа, упражнения, развивающие музыкальное чувство).
- марш (исполняется со сменой размеров и темпов).
- шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
- бег на полупальцах, с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
- построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений (ориентация в пространстве).
- повторение и закрепление пройденного материала.

Гимнастика

Задачи:

- Закрепить суставно-мышечный аппарат ребенка;
- Развивать силу и выворотность ног, правильную постановку тела;
- Познакомить с основными упражнениями партерного экзерсиса.

Содержание предмета:

- постановка корпуса (правильное положение головы, плеч, поясницы, дотянутость ног)
- работа стопы по VI позиции (сокращенное и натянутое положение)
- упражнения на укрепление мышц спины («орешек», «неваляшка», «свечка», «самолет», «улитка», «качель», «кораблик» и т.д.)
- упражнения на выворотность в тазобедренном суставе («бабочка», «лягушка» и т.д.)
- растяжка: по II широкой позиции ног, махи.

№	Предмет, темы	Количество часов			
		3 г.о.(3 класс)		4 г.о.(4 класс)	
		Теор.	Прак.	Теор.	Прак.
1.	Ритмика:				
	• музыкально-ритмические навыки		12		
	• упражнения на ориентацию в пространстве		20		
	• танцевально-тренировочные упражнения		32		
2.	Гимнастика:				
	• постановка корпуса		36		
	• работа стоп и ног		16		
	• упражнения для развития мышц живота и спины		26		
3.	Классический танец:				
	• упражнения у станка				10
	• партерная гимнастика				48
	• упражнения на середине				26
4.	Народный танец				
	• основные позиции рук и ног				30
	• шаги, проходки и дробные выстукивания				26
	• упражнения на середине				24
5.	Постановка танца		42		28
6.	Повторение, закрепление пройденного материала		18		12
	Итого:		204		204

Ритмика

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения ритмика занимает особое место. Занятия ритмикой не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Обучающиеся получают хорошую базу для дальнейших занятий хореографией.

Задачи:

- Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).
- Практически освоить понятия «мелодия и движение».
- Соотносить пространственные построения с музыкой

Содержание предмета:

Музыкально-ритмические навыки выразительного движения:

- пространственная ориентация: местоположение в классе «Найди свое место»;
- постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон – приветствие;
- строение музыкального произведения (вступление, части);
- самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать с окончанием
- музыкальной фразы (начало и окончание движения вместе с музыкой)
- различать музыку по характеру /тихо, умеренно, громко/, сравнивая их с образами;
- темп (медленный, быстрый);
- упражнения на координацию (хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка 2/4, 3/4, 4/4, акцентируя разные доли такта)
- сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
- знакомство с танцевальными рисунками (линия, колонна, круг, диагональ, «звездочка», «воротца» и т.д.)
- упражнений на ориентацию в пространстве («марш перестроение» по танцевальным рисункам);
- танцевальные элементы:
 - академический шаг с носка
 - шаг на полупальцах (усложненный вариант с координацией рук)
 - «марш» с натянутой стопой: чётко ходить под музыку
 - приставной шаг
 - Подскок
 - па галоп
 - па полька
- формирование творческих способностей: игры – потешки «Лесная зверобика», «На бабушкином дворе» и т.д.;
- танцевально-композиционная работа на основе проученного материала: пляска с предметами (платочки, куклы и т.д.).

Гимнастика

Задачи:

- Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.
- повысить гибкость суставов, нарастить силу мышц
- Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание предмета:

- постановка корпуса с добавлением положений рук (allonge, открытые в сторону, поднятые вверх)
- работа головы: повороты, наклоны, круговые движения
- работа стоп: сокращение, натяжение, круговые движения (flax, point, endehorse, endedanse)
- упражнения на развитие выворотности в голеностопном, коленном, тазобедренном суставах
- упражнения для укрепления мышц спины
- упражнения для укрепления мышц живота (пресс)
- растяжка по II позиции, шпагаты (правый, левый, поперечный)
- на спине: медленное поднятие ног relevent, «ножницы»
- на животе: упражнения на гибкость – «улитка», «лягушка», «коробочка»
- «мост» с колен и со стоп.
- Постановка корпуса по VI позиции лицом к палке.

Постановка танца

Задачи предмета (на все последующие года обучения):

- Соединить проученные движения в танцевальные композиции;
- Разучить танцевальные рисунки, переходы и хореографическую постановку.

Содержание предмета:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

4

класс

Классический танец

Обучение классическому танцу осуществляется на протяжении всего курса обучения, последовательность может варьироваться от степени усвоения. После успешного освоения курса ритмики и гимнастики, изучаются принципы французской партерной гимнастики – усложнённый курс гимнастики с добавлением выворотных позиций и танцевальных элементов, подготовка тела для усвоения экзерсиса.

Задачи:

- Развитие координации тела, ориентировки в пространстве класса;
- Совершенствование физических способностей, укрепление здоровья.

Содержание предмета:

1. Упражнения у станка (лицом к палке)

- постановка корпуса.
- позиции ног – I, II, III.
- позиции рук – подготовительная, I, II.
- Releve по VI поз.

2. Parterre .

- постановка корпуса, работа над мышечным корсетом
- работа стопы – натяжение и сокращение
- наклоны к ногам – медленная складка в чередовании с быстрыми наклонами
- «щучка», «складка»
- упражнение на выворотность тазобедренного сустава: «бабочка», «лягушка»
- растяжка по II позиции,
- упражнения на пресс, косые мышцы живота: «солдатик», «маятник»
- упражнения на гибкость спины: «Лодочка», «Самолет», «Кораблик», «Змейка»

3. Элементы акробатики:

- колесо.
- мост с колен, сверху.
- перевороты.
- шпагаты, перекаты.

4. Упражнения на середине

- постановка корпуса
- III позиция ног
- подготовительная и I позиция рук
- трамплинные и поджатые прыжки

5. Упражнения в продвижении по диагонали:

- шаг на полупальцах с открытыми в стороны руками
- шаг с носка
- шаг с подниманием ноги на воздух
- комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад).

Народный танец

Народно-сценический танец является одним из профилирующих предметов хореографического образования. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов. Систематические занятия дают возможность развить у ребенка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. Занятия по народно-сценическому танцу состоят из экзерсиса у станка и этюдов на середине зала. Перед знакомством с каждой народностью педагог делает небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и costume. Обучение народно-сценическому танцу начинается со 3 – ого класса хореографии, после прохождения учащимися курса «Ритмика», «Гимнастика».

Задачи:

- Прочитать элементы и танцевальные движения русского танца;
- Познакомить с манерой, характером, особенностями исполнения русского танца

Содержание предмета:

1. Знакомство с основными позициями и положениями рук *Portdebras*, основными позициями ног.

2. Положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов народного танца, освоение этих элементов на «середине».

3. Ходы шага и проходки:

- простой бытовой и танцевальный шаг вперед и назад.
- простой бытовой шаг с одинарным ударом и двойным
- переменный шаг.
- переменный шаг с одинарным и двойным ударом всей стопой в позиции.
- переменный шаг с выносом ноги через первую позицию вперед.
- простой «каблучный шаг» с *demiplie* на опорной ноге, а затем и с подъемом на полупальцы.

- «соскок» на две ноги - «соскок» на одну ногу в чередовании и в продвижении.
 - «моталочка» - без мазка и с мазком.
 - «молоточки»
 - бег с отбрасыванием ног назад и вперед с вытянутым носком.
 - вращение в продвижении
- 4. Дробные выстукивания по VI позиции:**
- дробь-дорожка с одинарным ударом.
 - дробь-дорожка с двойным ударом.
 - двойная дробь.
 - двойная дробь с переступанием.
 - I, II, III ключ-концовка.
- 5. Упражнения на середине класса:**
- притоп: двойной, тройной.
 - подготовка к «гармошке» (поочередная работа ног)
 - «гармошка» вокруг своей оси
 - «припадание» по vi позиции
 - вращение на месте («держим точку»)
 - полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve
 - вращение с «соскоком» и поворотом.
- 6. Учебные комбинации на основе проученного материала**

1. Танцевальный этюд

№	Предмет, темы	Количество часов(5 класс)	
		Теор.	Прак.
1.	Классический танец:		
	• упражнения у станка (лицом к палке)	2	24
	• упражнения на середине	2	14
	• диагональ		24
2.	Народный танец:		
	• экзерсис	2	24
	• элементы татарского танца	2	12
3.	Джаз - танец:		
	• изоляция		20
	• par terre		12
	• упражнения на середине		12
4.	Композиция и постановка танца:		
	• Хореография, как вид искусства, роль балетмейстера в создании постановки	3	3
	• Танцевальные рисунки	5	5
5.	Постановка танца		34
6.	Повторение, закрепление пройденного материала		4
	Итого:		204

5 класс

Задачи:

Классический танец

- Развитие профессиональных физических данных
- Усложнение координации движений
- Развитие танцевальности
- Развитие выносливости

Содержание предмета:

1. Parterre

- releve
- battementtendu из I позиции в 3 направления
- battementtendujetevперед, назад
- passe

2.. Упражнения на середине

- постановка корпуса.
- позиции ног I, II, III, подготовка к v позиции.
- позиции рук I,II, III. подготовительное portdebras.
- allegro: «пружинки»
- трамплинные прыжки

3. Упражнения у станка (лицом к палке)

- demi plie по I поз.
- battementtendu в сторону.
- releveпо I, II.
- подготовкак demi rond de jembe par terre – passé par terre.
- перегибы корпуса через бок в сторону.

4.Диагональ

- шаг на полупальцах в координации с работой рук
- шаг с носка
- шаг jete с подниманием ноги на воздух
- комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад,

«ножницы» вперед и назад)

- трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении

Народный танец

Задачи:

- Освоить определенные упражнения у станка (экзерсис),
- Познакомить с элементами и манерой исполнения татарского танца.

Содержание предмета:

1. Demi-plie u grand-plie по VI, I, II, (резкое и плавное);

2. Battementtendu с переводом стопы с носка на каблук:

- на вытянутой опорной ноге;
- с demi-plie в момент возврата в V позицию;
- с demi-plie в момент перевода стопы на каблук;

3. Battementtendujete

- с акцентом от себя (основной вид)
- с demi-plie в момент броска;

4. Подготовка к «веревочке» и «веревочка»

- подготовка к «веревочке» на вытянутой опорной ноге;
- с demi-plie в момент подъема ноги
- «веревочка» простая на demi-plie (основной вид)

5. Rond de jamb par terre (поточкам)

6. Portdebras: - наклоны, перегибы корпуса;

7. Упражнения на середине класса:

Элементы татарского танца

- положение рук
- переменный ход на невысоких полупальцах
- переменный ход на невысоких полупальцах с небольшим прыжком
- мелкая дробь по VI позиции
- боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону и выносом вперед на каблук через подскок
- ход с каблука
- переступания с каблука на полупальцы
- боковой шаг с соскоком на две ноги
- притопы
- вращения

8. Танцевальный этюд.

Джаз-танец

Задачи:

- Овладеть определенным запасом знаний, умений и навыков джазового танца.
- Познакомиться с танцевальной техникой

Содержание предмета:

1. Движения изолированных центров;

2. Взаимосвязь дыхания и движения;

3. Развитие грудной клетки, тазобедренного сустава, коленного сустава, голеностопа.

4. Упражнения в par terre.

- проработка на полу положений ног – flex, point.
- проработка на полу положений корпуса: contraction, release.
- закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца.
- изолированная работа мышц в положении лежа.
- изолированная работа мышц в положении сидя.
- изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
- изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
- круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
- поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот.
- фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
- выходы на маленькие мостики.
- упражнения stretch-характера в положении лежа.
- упражнения stretch-характера в положении сидя.
- дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

5. Упражнения на середине зала.

- основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр.
- основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4.

- изолированная работа головы в положении стоя.
- изолированная работа плеч в положении стоя.
- изолированная работа рук в положении стоя.
- изолированная работа грудной клетки в положении стоя.
- изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя.
- изолированная работа ног, стоп в положении стоя.

Композиция и постановка танца

Задачи:

- ознакомиться с основами композиции и постановки хореографических номеров;
- изучить простые танцевальные рисунки

Содержание предмета:

1. Лекционные занятия

- Хореография, как вид искусства
- Роль и место балетмейстера в создании хореографической постановки
- Танцевальный рисунок

2. Практические занятия

- Составление композиционного и музыкального плана постановки на заданную тему
- Составление простых танцевальных рисунков.

6 – 7 год обучения

№	Предмет, темы	Количество часов			
		(6 класс)		(7класс)	
		Теор.	Прак.	Теор.	Прак.
1.	Классический танец:				
	• упражнения у станка		24		26
	• allegro, диагональ		10		10
	• упражнения на середине		26		24
2.	Народный танец:				
	• экзерсис		24		20
	• упражнения на середине: дробный ряд, вращение		10		12
	• элементы белорусского танца		8		-
	• элементы украинского танца		-		8
3.	Джаз-танец:				
	• par terre		20		18
	• упражнения на середине		28		28
	• кросс		20		18
4.	Постановка танца		26		36
5.	Повторение, закрепление пройденного материала		4		4
	Итого:		204		204

6 класс

Классический танец

Обучения включает в себя базовые упражнения экзерсиса у палки и простейшие (учебные) комбинации на середине класса, курс усложняется координацией в 8 точках класса. Совершенствуются навыки постановки корпуса, рук, ног, головы у станка. Вырабатывается сила ног через увеличение количественных повторений однородных движений.

Задачи:

- Постановка корпуса, ног, рук, головы в основных упражнениях экзерсиса у станка и на середине.
- Формирование балетной осанки.
- Нарботка технических навыков в упражнениях экзерсиса.
- Развитие силы и выносливости.
- Развитие эмоционально-чувственной сферы.

Содержание предмета:

1.. Parterre

- releve
- battementtendu из I позиции в 3 направления
- battementtendujetevперед, назад
- passe

- battementrelevelentна 45 градусов вперед, назад
- grandbattementtendujete на 90 градусов в 3 направления

2. Упражнения у станка (лицом к палке)

- demi plie по I, II поз.

- battementtendu из I позиции в 3 направления.
- battement tendu с demi plie.
- releve по I, II, III позициям.
- battement tendu jete в сторону.
- demi rond de jambe par terre
- V позиция ног
- постановка корпуса боком к палке.
- работа над постановкой рук, головы, portdebras.

4. Упражнения на середине.

- позиции ног I, II, III, V
- постановка рук и головы, подготовительное и Iportdebras.
- demi plie по I поз.
- releve по I поз.

5. Allegro .

- tempslevesaute из I и II поз. у станка, затем на середине.
- трамплинные прыжки по I позиции.

6. Диагональ

- шаг jete с подниманием ноги на воздух
- комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад)
 - трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении с открыванием рук из I во II позицию.
 - вращение Paschene по II параллельной позиции

Народный танец

Задачи:

- Прочитать новые движения у станка.
- Привить учащимся аккуратность и точность при исполнении движений.
- Уделить внимание суставо-связочному аппарату стоп и коленей.
- Изучить движения русского и белорусского танцев в более усложненных комбинация - с дробями и поворотами.

Содержание предмета:

1. Demi-plieugrand-plienoI, II, V;

2. Battementtendu с переводом стопы с носка на каблук:

- с demi-plie в момент перевода с каблука в V позицию;
- с demirond в момент перевода с носка на каблук;

3. Battementtendu с подъемом пятки опорной ноги:

- - по VI позиции
- - по V позиции

3. Battementtendujete:

- - с подъемом пятки опорной ноги

4. Подготовка к «веревочке» и «веревочка»

- - с подъемом на полупальцы
- - с подъемом на полупальцы и demiplie в V позиции

5. Ronddejambrartere (круговые скольжения по полу)

6. Выстукивающие и дробные упражнения:

- - сочетание ритмических ударов (в русском характере)

7. Упражнения на середине класса:

- - подготовка к вращениям и вращению по диагонали класса

8. Элементы белорусского танца

- Изучение основных положений ног.

- Изучение основных положений рук:
 - в женском танце;
 - в парных и массовых танцах.
- Изучение основных элементов и движений танца «Лявониха».
 - основной ход – скользящие широкие шаги вперед с последующими двумя небольшими шагами, проскальзыванием на низких полупальцах по 6 позиции.
 - -боковой ход с подбивкой (галоп).
 - -ход с отбивкой – исполнитель с ударом опускается на всю стопу одной ноги позади другой, после чего переступает на полупальце другой ноги.
 - -ход назад – два шага назад на полупальцы, третий шаг на всю стопу, поднимая свободную ногу невысоко вперед.
 - -тройной притоп.
- Основной ход танца «Крыжачок».
- Подскок с проскальзыванием вперед на низких полупальцах одной ноги, поднимая вперед другую ногу, согнутую в колене, с тремя переступаниями на полупальцах.
- Перескоки из стороны в сторону с переступанием – движения типа «падебаск».

9. Танцевальный этюд.

Джаз-танец

Задачи:

- Развитие подвижности позвоночника (bodyroll).
- Проучивание flatback вперед.
- Квадрат и крест в разделе изоляция.
- Акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты).

Содержание предмета:

1. Упражнения в партнере.

- Проучивание batmantendujete вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа.
- contraction, release на четвереньках.
- bodyroll в положении круазе сидя.
- упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону.
- растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.
- упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук.
- подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point).
- grandbatman вперед, из положения, лежа на спине.
- grandbatman в сторону из положения, лежа на боку.
- grandbatman в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках.

2. Упражнения на середине зала.

- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест.
- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат.
- использование разно ритмических музыкальных произведений при исполнении движений.
- Проучивание flatback вперед из положения стоя.

- дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.
- введение элементарных акробатических элементов:
- выход на большой мостик из положения стоя;
- стойка на лопатках «березка»;
- кувырки вперед, назад;

- перекаты.

3.Кросс.

- шоссе.
- па-де-ша.

4.Импровизация .

- Животные – их образы в природе, изображение средствами хореографии.

7 класс

Задачи:

Классический танец

- Совершенствовать навыки постановки корпуса, рук, ног, головы у станка.
- Усложнение различных комбинаций у станка.
- Развитие силу ног, эластичности связок.

Содержание предмета:

1. Parterre

- releve
- battementtendu из I позиции в 3 направления
- battementtendujeteвперед, назад
- battementrelevelent на 90 градусов в 3 направления
- passe с открыванием голени вперед и назад
- grandbattementtendujete на 90 градусов в 3 направления

2. Упражнения у станка (бокoм к палке)

- demi u grand plie по I, II поз.
- battementtendu в три направления. (увеличение темпа).
- battementtendujete в три направления.
- demirond de jemb par terre (1 полугодие)
- rond de jemb par terre полныйкруг (слитно), port de bras.
- положение sur le cou-de- pied (обхват).
- battementfrappee носком в пол (в.сторону, затем вперед и назад.)
- battementfondu в сторону, носком в пол.
- battement soutenu носкомвпол.
- battementrelevelent в сторону, на 45 градусов.
- battement retire (passé доколена).
- постановка корпуса бoкoм preparation к палке
- V позиция ног с переводом ноги через задержку в I позиции из положения

спереди в положение назад

- releve по всем проученным позициям

3.Упражнения на середине.

- позиции ног I, II, III, IV, V
- постановка рук и головы, portdebras
- demiplie по I, II позициям
- battementtendu в 3 направления
- releve по I, II позициям.

- rond de jemb par terre.
- epaulmentcroise (вперед , затем назад.)

4. Allegro.

- Трамплинные прыжки
- Tempslevesaute по I, II, V позициям, у станка, а затем на середине.

5. Диагональ

- Комбинированный бег (поднимание колен наверх и захлест ног назад, «ножницы» вперед и назад)
- Трамплинные прыжки по VI позиции в продвижении с открыванием рук из II в III позицию.
- Вращение Passhene по I позиции на полупальцах.

Народный танец

Задачи:

- Прочитать новые движения у станка и на середине зала.
- Совершенствовать технику исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений.
- Освоить технику исполнения украинского танца.

Содержание предмета:

1. *Demi-plieugrand-plieno I, II, V;*

2. *Battementtendu*

- - с переходом на рабочую ногу

3. *Battementtendujete:*

- в характере народного танца

4. *Каблучное движение или battementtendu с выносом ноги на каблук*

- от щиколотки

5. *Flic-flac (упражнение с натянутой стопой), (мазок ногой к себе от себя)*

- по VI и I позиции

6. *«Веревочка»*

5. *Ronddejambrartere (круговые скольжения по полу)*

6. *Battementtendudeveloppe (мягкое открывание ноги на всей стопе)*

7. *Grand battement jete:*

- основной вид

8. *Portdebras(в определенном характере по всем направлениям)*

9. *Упражнениянасерединекласса:*

- основные движения рук (усложняем манипуляции с платочком)
- боковое «припадание» по диагонали и на середине в повороте по точкам
- «веревочка» на середине простая
- дробные выстукивания (двойная дробь с ускорением, «ключ»)
- прыжки «поджатые» на месте в повороте по точкам.

10. *Элементы украинского танца:*

- изучение позиций и положения рук.
- изучение положений рук в парных и массовых танцах.
- изучение основных элементов и движений:
- «бигунец» – стремительный ход вперед;
- «тынок» – перескоки из стороны в сторону с последующими двумя переступаниями;
- «дорижка» – припадания;
- «веревочка»;
- «выхилясник» – вынос ноги в сторону то на носок, то на каблук одновременно

с небольшим подскоком на опорной ноге;

- «упадание»;
- «низкие голубцы» – удар одной ногой о другую;

10. Танцевальный этюд.

Лжаз-танец

Задачи:

- Проучить основные упражнения у станка.
- Координировать руки в изучении положения flatback.
- Проучить прыжки.

Содержание предмета:

1. Упражнения у станка.

- demiplie по второй, четвертой, шестой позициям.
- grandplie по второй, четвертой, шестой позициям.
- batmantendus вперед, в сторону, назад.
- batmantendus с разворотом на 180 градусов.
- batmantendus с фуэте.
- batmantendusjete по всем направлениям.
- batmantendusjete в комбинациях с plie, creleve.
- rond de jambe par terre an dehor u an dedane.
- rond de jambe par terre an dehor u an dedane с passé.

2. Упражнение на середине зала.

- изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса.
- паховые и боковые растяжки.
- flatback в сторону.
- flatback вперед в сочетании с работой рук.
- подготовка к пируэтам.

3. Кросс.

4. Проучивание шага:

- flatstep в чистом виде.
- flat step в plie.

5. Прыжки

- Temps sauté.
- Tempssauté по точкам.
- Tempssauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

6. Составление танцевальных этюдов учащимися на основе проученных движений.

Ступень профориентации

№	Предмет, темы	(8 класс)	
		Теор.	Прак.
		1.	Классический танец:
	• упражнения у станка		22
	• середина, allegro		12
	• диагональ		20
2.	Народный танец:		
	• экзерсис		10
	• упражнения на середине: дробный ряд, вращение		24
	• элементы молдавского танца		16
	• танцевальные движения проученных народностей		
3.	Джаз-танец:		
	• упражнения у станка		5
	• упражнения на середине		22
	• кросс		13
	• этюды		6
4.	Постановка танца		28
5.	Повторение, закрепление пройденного материала		6
	Итого:		204

8 класс

Задачи:

Классический танец

- Развивать танцевальную координацию.
- Развивать устойчивость, работать над выразительностью.
- Совершенствовать пройденный материал.

Содержание предмета:

1. Упражнения у станка

- Demi-grandplié I, II, V поз. (комбинации с releve)
- battement tendu pour le pied с спусканием пятки в I поз.
- battement tendu из V поз.
- Battement tendu jeté piqué
- preparation temps releve к rond de jemb par terre
- III port de bras
- battement frappe в 3 направления
- battement fondu в 3 направления.
- battement relevé en св 3 направления
- grand battement jeté
- pas de bourrée
- ераulement efface (вперединазад)
- petit battement sur le cou –de- pied (безакцента)

2. *Упражнения на середине.*

- plie.
- battement tendu
- battementtendujete.

- rond de jemb par terre поточкам.
 - battement fonduноскомвпол
 - I, II arabesque.
3. ***Allegro***
- Tempslevesauté
 - pasechappee с остановкой во II позиции
4. ***Вращение***
- tour pas shene
 - подготовка к Tourendedans

Народный танец

Задачи:

- Совершенствовать технику исполнения движений у станка и на середине зала за счет более сложной координации в комбинациях и использованием положений epaulement.
- Изучить технически сложные движения молдавского танца.

Содержание предмета:

1. Demi-plie u grand-plie

- - с перегибами корпуса и с руками

2. Battement tendu

- - с переходом на рабочую ногу
- - с demiplie поV позиции

3. Battement tendujete:

- - в характере народного танца

4. Каблучное движение или battementtendu с выносом ноги на каблук

- - от щиколотки

5. Rond dejambpartere (круговые скольжения по полу)

6. Battementfondu (подготовка)

- - без plie

7. «Веровочка»

8. Battementtendudeveloppe (мягкое открывание ноги на всей стопе)

9. Grandbattementjete:

- с demiplie в момент броска

10. Дробные выстукивания

11. Portdebras(в определенном характере по всем направлениям)

12. Упражнения на середине:

- «припадание» накрест с portdebras
- «моталочка» синкопированная в комбинации
- дробные выстукивания (на основе выученного материала)

13. Вращения по диагонали:

- shaine (в чередование медленное и быстрое)
- в сочетании вращения на каблуках
- мелкие «Блинчики»

14. Элементы молдавского танца:

- основные положения рук.
- простые ходы вперед, в сторону, назад: с носка; с каблука; (в характере «сырбы») ход в сторону с вынесением ноги на каблук в бок.
- шаг с ударами ног по VI позиции.
- синкопированные удары по VI позиции в продвижении.
- «дорожка».

- основной ход «молдовеняски» - шаг с подскоком и подъемом ноги в положение «у колена» по VI позиции: на месте; с продвижением вперед; в повороте.
- подскоки с поджатыми ногами.
- ключ – поочередное вынесение ног вперед на каблук и подскок с поджатыми ногами.
- соскок на каблук накрест опорной ноги.
- вращение – подскок с синкопированным перепрыгиванием на одну ногу.

15. Танцевальные этюды на основе выученного материала

