

**Министерство образования и науки Республики Адыгея
Комитет по образованию Администрации МО «Город Майкоп»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Майкопский центр развития творчества детей и взрослых»**



«Утверждаю»

Директор МБУДО «МЦРТДВ»
А.З. Снахо

«Согласовано»

Методическим советом
07.08.2020г.

«Принято»

Педагогическим советом
Протокол № 1 от 11.09.2020г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
обучения детей в хореографическом ансамбле
«Ритмы планеты»**

**Направленность: художественная
Тип программы: модифицированная
Срок реализации программы: 3 года
Возраст обучающихся: 5 - 14 лет
Уровень программы: разноуровневая
Форма реализации программы: групповая
Автор программы: Лемешева Анастасия Васильевна,
педагог дополнительного образования.**

г. Майкоп, 2020г.

Структура программы

I. Пояснительная записка	3 – 8 стр.
Актуальность программы	
Направленность дополнительной образовательной программы	
Концептуальные основы программы	
Педагогическая целесообразность программы	
Цель программы	
Задачи	
Педагогические идеи	
Педагогические принципы	
Возраст детей, формы и режим занятий	
Уровень освоения программы и формы обучения	
Прогнозируемые результаты	
Формы и методы контроля, система оценок	
II. Учебно - тематический план программы	9 – 10 стр.
III. Содержание образовательной программы	11 – 30 стр.
IV. Методическое обеспечение программы	31 – 35 стр.
Приёмы и методы организации учебного процесса	
Методические рекомендации по организации самостоятельной работы	
Материально-техническое обеспечение	
Примерный репертуарный список произведений	
V. Список литературы	36 стр.
VI. Приложение к программе	37 – 65 стр.

Дополнительная общеразвивающая программа обучения детей в хореографическом ансамбле «Ритмы планеты»

І. Пояснительная записка

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Обоснование необходимости разработки программы.

Детский хореографический коллектив - это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает огромными резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Направленность дополнительной образовательной программы.

Программа обучения детей в хореографическом ансамбле «Ритмы планеты» - модифицированная, по функциональному предназначению – учебно – познавательная, разноуровневая, по форме организации – кружковая. Программа направлена на развитие художественных способностей и творческого потенциала обучающихся, развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, что и определяет художественную направленность дополнительной образовательной программы

Актуальность программы.

Актуальность программы в том, что она создает условия для продвижения обучающихся к образцам физического совершенства и созидательного творчества, позволяет им приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, пластику, формируют правильную осанку и походку. Воспитывается музыкальность, чувство ритма, чувство красоты.

В досуговой деятельности обучающихся устанавливается гармоничная связь между обучением и здоровьем, развиваются физические качества личности, происходит снятие напряжения, накопившегося утомления.

Практическая значимость программы.

В годы школьного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность. Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот период. В процессе учебных занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет решать задачи физического развития ребёнка.

Педагогическая целесообразность программы.

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее ориентации на определенный возраст, физическую подготовленность. Обучение выстраивается на принципах доступности, индивидуализации, возрастных изменений в организме, красоты и эстетической целесообразности.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности ребенка в движениях.

В процессе учебных занятий происходит художественно-эстетическое и культурное развитие детей, приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Отличительные особенности программы.

Отличительные особенности программы в том, что она состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Цель образовательной программы.

- Воспитание у детей любви к танцу, удовлетворение физиологической потребности к движению, общению со сверстниками, создание возможности для созидательного творчества, привитие творческого отношения к хореографическому искусству.

Задачи образовательной программы.

Образовательные:

- знакомство детей с разделами и ходом занятий, хореографической терминологией;
- знакомство обучающихся с историей и направлениями развития хореографического искусства;

- обучение теоретическим и специфическим основам хореографии.

Развивающие:

- развитие балетной осанки, музыкального слуха, чувства ритма, координации движений и ориентации в пространстве;
- развитие у детей интереса к классическому и современному танцу посредством повышения общего культурного уровня;
- развитие творческого воображения, эмоциональной и волевых сфер ребенка.

Воспитательные:

- воспитание культуры движения, координации, чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональности исполнения;
- психологическая и физическая адаптация детей к участию в жизни хореографического коллектива;
- раскрытие творческого потенциала ребенка.

Эстетические:

- формирование художественно-образного восприятия и мышления;
- формирование интереса к хореографическому искусству, раскрытие его многообразия и красоты;
- формирование эмоциональной культуры обучающихся.

Социально-педагогические:

- формирование активной гражданской позиции личности;
- развитие коммуникативных навыков обучающихся;
- воспитание толерантности, эмоциональной отзывчивости обучающихся.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы.

Данная программа рассчитана на три года обучения детей.

базовый уровень (5-7 лет)

Первый год обучения - 144 час.

базовый уровень (8-10 лет)

Второй год обучения - 216 час.

продвинутый уровень (11-14 лет)

Третий год обучения - 216 час.

Количество учебных часов в неделю.

Объём учебной нагрузки в неделю:

1 год обучения - 4 часа;

2 год обучения - 6 часов;

3 год обучения - 6 часов.

Периодичность занятий:

Группа 1 года обучения – 2 раза в неделю по 2 часа;

Группа 2 года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

Группа 3 года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

Количество обучающихся.

По годам обучения:

Группа 1 года обучения – 12 – 15 человек;

Группа 2 года обучения – 10 – 12 человек;

Группа 3 года обучения – 8 – 10 человек.

Возраст детей.

Разноуровневая программа рассчитана на обучение детей от 5 до 14 лет. Набор обучающихся осуществляется на добровольной основе.

Группа - профильная, состав - постоянный. Для умелого использования имеющихся у детей резервов развития, учебная деятельность составлена таким образом, чтобы вызывать и поддерживать интерес обучающихся на протяжении всего курса обучения.

Каждой возрастной группе соответствует определенный уровень обучения. В программе намечено сформировать у детей устойчивый интерес к хореографии, для этого в основу занятия на начальном этапе обучения должно быть положено игровое начало. Занятия строятся таким образом, чтобы ребенок без труда усвоил самые элементарные движения, способствующие дальнейшему обучению в данном направлении. Дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты, учатся распознавать характер, темы, динамические оттенки музыкального произведения.

Формы и режим занятий.

Программа обучения детей хореографическому искусству предусматривает две основные формы организации деятельности - теоретическую и практическую, а так же использование традиционных форм проведения занятий:

- объяснение и показ руководителя;
- отработка воспитанниками хореографического материала;
- репетиция танцевальных композиций.

Однако широко используются и нетрадиционные:

- ролевые игры;
- интегрированные уроки;
- творческие отчеты;
- занятие-игра;
- занятие-соревнование;
- занятие-концерт.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Формы обучения включают в себя групповые занятия, свободные репетиции, постановочные работы, концертную деятельность и мастер-класс.

базовый уровень (5-7 лет)

I год обучения.

С детьми 5 - 7 лет проводится работа по формированию необходимых умений и навыков. Основной формой обучения в соответствии с ведущей деятельностью детей этого возраста является игра, причем, игра музыкальная. Ведется работа над физическим развитием детей.

базовый уровень (8-10 лет)

II год обучения.

Работа с детьми 8 – 10 лет строится на развитии музыкально-ритмических навыков, осанки, ознакомлении с классическим экзерсисом, т.к. именно классический танец дает крепкую основу для техники и передачи того или иного танцевального образа.

продвинутый уровень (11-14 лет)

III год обучения.

В содержании обучения детей 11-14 лет главным являются основы классического, народно-сценического, эстрадного танца и гимнастика. Кроме того, ведется психологическая и физическая подготовка воспитанников к работе.

На определенных этапах проводятся открытые занятия для родителей воспитанников. Это своего рода отчет о проделанной работе. Детям это дает возможность выступить на публике, показать все, чему научились. Хорошим стимулом для дальнейшего совершенствования качества их обученности является подготовка и выступление коллектива с художественными хореографическими номерами в городских танцевальных конкурсах и на концертных площадках. В конце I и II годов обучения также проводятся открытые занятия, а после III года обучения – итоговая аттестация за весь курс хореографии.

Ожидаемые результаты.

К концу первого года обучения:

дети будут знать:

- правильную постановку корпуса, позиции ног и рук классического танца;
- 2-3 несложных танцевальных этюда и простейшие элементы народного танца;

дети будут уметь:

- изображать в танцевальном шаге повадки зверей, птиц, выражать образ в разном эмоциональном состоянии («веселый котенок», «грустная птица» и т.д.);
- передавать в простых танцевальных этюдах характер музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве и относительно друг друга;
- согласовывать движения с музыкой;
- выстраивать простые рисунки (круг, 2 круга, круг в круге, полукруг, колонна, шеренга);
- исполнять 2-3 несложных этюда под музыкальное сопровождения без помощи педагога.

В конце I года обучения оцениваются индивидуальные движения каждого обучающегося в соответствии с оцениваемыми параметрами: чувство ритма, ориентирование в пространстве, выполнение хореографического этюда.

В конце II года обучения:

дети будут знать и уметь:

- основы правильной постановки корпуса;
- ориентироваться в пространстве и относительно друг друга;
- элементы и ходы русского танца, адыгейского танца, украинского и белорусского танца;
- справляться с несложными танцевальными комбинациями;
- выступать на итоговых концертах за 1-е и 2-е полугодие, а также участвовать в концертной деятельности ансамбля в течение года.

По окончании III года обучения:

дети будут знать:

- позиции ног и рук классического, народного и современного танца;
- разные рисунки танцев народов мира, Кавказа, матросского танца;
- региональные особенности народного и адыгского танцев;

будут уметь:

- владеть своим корпусом;
- проводить разминку в стиле народного танца и современной хореографии;
- исполнять несложный национальный танец;
- передавать в связках народно-сценического танца и эстрадного танца характер музыкального произведения;
- ориентироваться на сценической площадке.

Основными показателями в проверке знаний и умений, полученных при освоении содержания программы, являются:

- использование изученного материала в исполнении концертных номеров ансамбля, при исполнении этюдов;
- сольное и коллективное исполнение хореографических партий;
- проведение открытых занятий в конце 1-го и 2-го полугодия для родителей.

II. Учебно-тематический план

базовый уровень (5-7 лет)

1 год обучения

№ п/п	Учебно-тренировочная работа	Теория	Практика	Общее кол-во
1	Ритмика с элементами классического танца.	4	20	24
2	Ритмика с элементами народного танца.	4	20	24
3	Гимнастика и акробатика.	2	10	12
4	Эстрадный танец.	2	8	10
5	Постановочная и репетиционная работа.		30	30
6	Музыкальные импровизации и игры.	4	22	26
7	Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии. Экскурсии.		12	12
			6	6
Всего:		16	128	144

базовый уровень (8-10 лет)

2 год обучения

№ п/п	Учебно-тренировочная работа	Теория	Практика	Общее кол-во
1	Элементы классического танца.	4	30	34
2	Элементы народно-сценического танца	6	34	40
3	Акробатика и гимнастика.	2	30	32
4	Эстрадный танец.	4	26	30
5	Постановочная и репетиционная работа.		44	44
6	Музыкальные игры и музыкальная импровизация.	4	10	14
7	Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии.	2	14	16
			6	6
Всего:		22	194	216

продвинутый уровень (11-14 лет)

3 год обучения

№ п/п	Учебно-тренировочная работа	Теория	Практика	Общее кол-во
1	Классический танец.	6	34	40
2	Народно - сценический танец.	2	30	32
3	Акробатика и гимнастика.	4	26	30
4	Бально-спортивный и эстрадный танец.		44	44
5	Постановочная и репетиционная работа.	8	40	48
6	Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии.	2	14 6	16 6
Всего:		22	194	216

III. Содержание учебной деятельности.

базовый уровень (5-7 лет)

1 год обучения

1. Ритмика с элементами классического танца.

Теория.

Основные правила постановки корпуса.

Закономерности координации движений рук и головы, корпуса и ног.

Законы равновесия. Культура движения рук - выразительность.

Темп, музыкальные размеры.

Практические занятия.

1 четверть.

На середине зала:

1. Позиции ног-1,2,3.
 2. Деми плие по 1,2 позиции
 3. Батман тандю в сторону из 1 позиции
 4. Батман тандю жете в сторону из 1 позиции по точкам
 5. Релеве на полупальцы
 6. Батман тандю пике в сторону
 7. Наклон корпуса вперед и в сторону
 8. Позиции рук -1,2,3 и подготовительное положение
 9. Прыжки по 1 позиции
 10. Галоп боковой
- Подскоки
Прямой галоп с правой и левой ноги.
Па польки

2 четверть.

1. Деми плие по 1,2,3 позиции.
2. Батман тандю в сторону из 1 позиции.
3. Батман тандю с деми плие из 1 позиции в сторону.
4. Батман тандю жете в сторону из 1 позиции.
5. Релеве на полупальцы по 1,2,3 позиции.
6. Наклоны корпуса вперед и в сторону.
7. Прыжки по 1 позиции.
8. Позиции рук-1,2,3 и подготовительное положение.
9. Галоп боковой.
10. Па балансе в сторону.
11. Батман тандю пике вперед.
12. Галоп прямой по 3 позиции с правой и левой ноги.
13. Па польки.
14. Ритмические хлопки.
15. Подскоки.

3 четверть.

У станка (лицом к опоре):

1. Постановка корпуса.
2. Позиции ног-1,2,3.

3. Деми плие по 1,2,3 позиции.
4. Батман тандю вперед из 1 позиции.
5. Батман тандю в сторону из 1 позиции.
6. Батман тандю с деми плие из 1 позиции в сторону.
7. Батман тандю жете в сторону из 1 позиции.
8. Перегибы корпуса назад.
9. Подготовка к растяжкам.

На середине зала:

1. Пордебра 1,2,3,4.
2. Релеве на полупальцы по 1,2,3 позиции.
3. Батман тандю пике вперед и в сторону из 3 позиции.
4. Па балансе в сторону.
5. Боковой галоп вправо и влево.
6. Па польки подскоками.
7. Ритмические хлопки в парах.
8. Па польки в парах.

4 четверть.

У станка (лицом к опоре):

1. Постановка корпуса.
2. Деми плие по 1,2,3 позиции.
3. Батман тандю из 1 позиции вперед и в сторону.
4. Батман тандю с деми плие вперед и в сторону из 1 позиции.
5. Батман тандю жете вперед и в сторону.
6. Батман тандю назад из 1 позиции.
7. Батман тандю жете назад.
8. Перегибы корпуса назад.
9. Растяжка.

На середине зала:

1. Положения анфас и эпольман-пордебра 1,2,3.
2. Релеве на полупальцы по 1,2,3 позиции.
3. Батман тандю пике вперед и в сторону.
4. Па польки в повороте.
5. Па балансе вперед и в сторону.
6. Прыжки по 1,2,3 позиции.
7. Вращение по диагонали-шене.
8. Позы круазе и эффасе.
9. 1,2,3,4 арабеск.

2. Ритмика с элементами народного танца.

Теория.

Особенности народных движений. Характерные положения рук в хороводах, кадрилиях, плясках. Рисунки хоровода. Знакомство с простейшими элементами танцев Адыгеи.

Практические занятия.

1, 2 четверть.

Русский танец: *на середине зала.*

Положение рук в танцах -1,2,3,4.
Позиции ног-1,2,3,6.
Позиции рук в народном танце -1,2,3.

Поклоны:

Простой, поясной на месте;

Шаги:

Простой, переменный, переменный с точкой, простой с продвижением вперед и назад, мелкий (хороводный).

Элементы русского танца:

Гармошка, «ёлочка», «ковырялочка», «моталочка».

Танцевальный бег:

Шаг-бег, с отбрасыванием согнутых ног назад. Дроби:

Тройной притон, мелкая, «разговорная» дробь.

У станка:

1. Деми-плие по 1 и 2 позиции с переводом ноги методом fta тартье.
2. Батман тандю каблучный из 1 позиции в сторону.
3. Прыжки по 6 позиции простые.

Адыгейский танец:

1. Положение рук в женском танце.
2. Положение рук в мужском танце.
3. Основной ход танца «Зафак».

3 четверть.

Поклон простой, простой с продвижением вперед и назад - (в русском и адыгейском танце).

У станка (лицом к опоре):

1. Деми-плие по 1,2 позиции с переводом, методом па тартье.
2. Батман тандю каблучный вперед и в сторону.
3. Батман тандю каблучный с деми-плие из 1 позиции вперед и в сторону.
4. Батман тандю жете в сторону из 1 позиции с сокращением подъема.
5. Релеве на полупальцы по 1,2,3 и 6 позиции.
6. Дробные переступания по 6 позиции «Паровозик».
7. «Моталочка».
8. Прыжки с подгибанием назад обеих ног из 6 позиции.

На середине зала:

Закрепляются все выученные во 2 четверти шаги и элементы русского танца.

Адыгейский танец:

1. Продолжить изучение положения рук.
2. Основной шаг танца «Удж».

Белорусский танец:

1. Подскоки в характере Белорусского танца.
2. Боковой галоп с выносом ноги на каблук.

4 четверть.

Закрепляется весь выученный материал.

- а) этюд в русском характере;
- б) этюд в характере танца «Зафак»;
- в) этюд в характере танца «Удж»;
- г) этюд в характере белорусского танца «Крыжачок».

3. Гимнастика и акробатика.

Теория.

Гибкость - одно из основных двигательных качеств человека, связана с эластичностью мышц, связок, подвижностью суставов.

До тех пор, пока позвоночник гибкий, человек молод. Регулярные занятия гимнастикой помогут не только сохранить гибкость, но и в определенной мере развить ее. На уроках акробатики и гимнастики дети продолжают знакомиться с возможностями своего тела.

Практические занятия.

Упражнения на ковриках.

Упражнения на развитие подъема, голеностопа.

Упражнения на укрепление коленного сустава.

Упражнения на развитие мышц нижнего и верхнего пресса.

Упражнения на укрепление мышц спины.

Упражнения на развитие подвижности и эластичности позвоночника.

Растяжки на полу и стульях.

Прыжки.

«Колесо» на правую и левую сторону (боковое).

Кувырок вперед и назад.

«Шпагат» продольный и поперечный.

Силовые упражнения: «тачка», «крокодильчик» и т.д.

Упражнения на скакалках и с мячом.

4. Эстрадный танец.

Теория.

Происхождение полонеза, гавота, вальса. Особенности отечественного бального танца (русский лирический). Происхождение польки. Знакомство с латиноамериканскими танцами. Танцы «ретро» - твист.

Практические занятия.

1 четверть.

Программа составлена с учетом изучения элементов историко-бытового танца, небольших комбинаций, объединяющих эти элементы и наиболее простых бальных танцев. Все упражнения направлены на развитие координации, музыкальности, выразительности и мягкости исполнения.

1. Постановка корпуса, головы, рук и ног.
2. Позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу)
3. Шаги: бытовой, легкий (танец) на различные музыкальные темпы, размеры и ритмы.
4. Поклон и реверанс на м/р 3/4, и 4/4.
5. Па глиссе (скользящий шаг) на 2/4 и 3/4.
6. Галоп в сорону и вперед по 3 позиции.
7. Па елеме (боковой подъемный шаг).
8. Полонез - основной шаг и небольшая композиция.

2 четверть.

Продолжать совершенствовать элементы, выученные в 1 четверти.

1. Па шассе (двойной, скользящий шаг вперед).
2. Поворот вальса по 3 позиции.
3. Вальсовая дорожка.
4. Польшка на месте и в продвижении.

3 четверть.

Повторение и совершенствование, выученных шагов и элементов.

1. Композиция полонеза.
2. Элементы гавота.
3. Элементы и шаги падеграса.
4. Твист - подготовительные движения
5. Польшка в парках-композиция.
6. Вальс по 3 позиции: дорожка, тур.
7. Русский лирический - первые 2 фигуры.
8. Латиноамериканские танцы:
 - а) ча-ча-ча - основной шаг;
 - б) джайв - основной шаг.

4 четверть.

На основе выученных шагов и элементов составить несложные композиции:

1. Русский лирический - доучить фигуры;
2. полька (галоп, подскоки, па польки);
3. Вальс (дорожка, па балансе, тур);
4. Полонез;
5. Гавот;
6. Твист;
7. Ча-ча-ча;
8. Джайв.

В конце 4 четверти провести открытый урок для родителей и учеников старших групп.

5. Постановочная и репетиционная работа.

Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы:

- музыкальная импровизация на тему «Весна»;
- в игровой форме проводится «Учебная дискотека»;
- Русский лирический;
- «Зафак».

6. Музыкальные импровизации и игры.

1 четверть.

1. Игра «Лето».

Учащиеся импровизируют движения, связанные с представлениями о лете:

- а) «Дождик»;
- б) «Лесная поляна»;
- в) «Сбор грибов или ягод»;
- г) Переход через речку, мостик и т.д.;

д) Полет птиц, бабочек.

Сначала эти задания должны быть групповыми, а когда дети немного освоятся в коллективе, дать задание каждому, не объявляя его вслух, остальные должны угадать тему этюда.

2. Игра «Раздувайся пузырь».

Это одна из первых хороводных игр. В ней продолжается знакомство и сближение детей друг с другом и с педагогом. В этой игре, дети учатся новыми движениями. С одной стороны, это типичное для хоровода построение в круг. С другой - выполнение ритмизированных движений. Эта игра требует большой согласованности движений, держать ритм, и темп. В то же время игра забавляет детей и доставляет им удовольствие.

Слова: «Раздувайся пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся!» Пока идет знакомство, выстраивание цепочки и круга -звучит мелодия хоровода, а когда «пузырь» лопается и летят маленькие «пузырьки» -звучит задорная плясовая.

3. Игра «Карусели».

Эта игра не только забавляет детей, но и учит согласовывать свои действия друг с другом и с ритмом слов, и музыки. Педагогу надо следить, чтобы дети не разрывали круг во время бега.

С Л О В А	Д В И Ж Е Н И Я
Еле-еле-еле-еле Завертелись карусели. А потом, потом, потом Все бегом, бегом, бегом! Побежали, побежали Побежали, побежали! Тише, тише, не спешите Карусель остановите. Раз - два, раз - два (пауза) Вот и кончена игра.	Карусель медленно движется в правую сторону. Темп речи и движений постепенно ускоряется. На слова «побежали» - карусель меняет направление движения. Темп движений постепенно замедляется и на слова «раз-два» все останавливаются и кланяются друг другу.

5. Игра «В гостях у Волшебника».

Учит детей передавать в движениях смену настроения, а педагог должен привлечь внимание детей к выразительным интонациям музыки.

6. Игра «Передавай мяч».

Продолжает знакомить детей. Вначале они передают мяч по порядку, спокойно, называя свое имя. Затем педагог просит передать или бросить мяч кому-либо из детей по своему усмотрению. Музыка сначала спокойная, а потом ускоряется.

Игру можно менять, только после того, как дети хорошо справляются с предыдущей. Главное - чтобы игра была динамичной и интересной всем детям.

2 четверть.

Музыкальная импровизация на тему: «Животные и птицы»:

1. Игра «Птицы и звери» -

учит детей различать средства музыкальной выразительности: темп, динамику, а также передавать в движениях характер музыки и ее интонации.

2. «Игра «Веселые кружочки» - учит детей слушать и угадывать «свою» музыку. Кружочков должно быть сначала два, потом три и т.д.

3. Игра «Море волнуется» - развивает фантазию детей, а также доброжелательное и справедливое отношение друг к другу при выборе лучшей фигуры.

4. Игра «Плетень» - учит детей точно выполнять заданный рисунок, а также общей согласованности в выполнении движений.

3 четверть.

Музыкальная импровизация на тему: «Зима»

Задания даются детям на дом по «секрету» от остальных. На уроке они показывают свои работы и все должны узнать, что они показывают. Например: «лепят снеговика» или играют в «снежки», или катаются на коньках, лыжах, санках и т.д.

В 3 четверти, последние 10-15 минут, дети занимаются изобразительным искусством.

Задание 1. Изобразить в образе животного, птицы или рыбы, услышанный музыкальный фрагмент.

Задание 2. Изобразить в цветовой гамме музыкальный фрагмент.

Задание 3. Изобразить в свободной форме свои впечатления и ощущения от музыкального фрагмента.

4 четверть.

Музыкальная импровизация на тему «Весна».

В игровой форме проводится «Учебная дискотека», на которой дети учатся правильно приглашать друг друга на танец и правильно общаться между собой.

Игра «Концерт» - учит детей правильно вести себя в концертном зале и на сцене.

7. Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии.

В течение года проводятся:

праздники:

- День именинника;
- День Матери;
- Международный День защиты детей;
- День осени;
- Новогодние утренники;

конкурсы:

- конкурс рисунков «Планета друзей»;
- конкурс чтецов «Их имена навечно в памяти народной»;
- «Русь изначальная».
- участие коллектива в хореографическом конкурсе «В гостях у Терпсихоры»;

беседы:

- «Правила пожарной безопасности»;
- «Правила поведения на дороге»;
- «Поделись своей добротой!».

2 год обучения

На втором году обучения следует продолжать изучение основных элементов классического экзерсиса, закреплять знания, полученные на первом году, а также продолжать развивать музыкальность и чувство ритма. Особое внимание надо уделить работе над правильным дыханием детей во время исполнения упражнений.

Продолжается работа над развитием внимания учащихся. Под вниманием танцовщика, следует понимать направленность и собранность его психической деятельности, связанной с исполнительским творчеством.

Развитие внимания неразрывно связано с воспитанием воли. Слабая, неустойчивая воля ученика не способна удерживать его внимание в нужном направлении. Основой воспитания воли является сознательная дисциплина, именно она вырабатывает твердость характера, трудолюбие, настойчивость, упорство, умение выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения.

1.Элементы классического танца.

Теория.

Повторяется весь материал, изученный в первый год обучения.

Дополнительно:

Основные правила движений у станка.

Понятие о поворотах ан деор и ан дедан.

Эпольман. Логика и техника смены эпольман (круазе и эффасе).

Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

Практические занятия.

1 четверть.

У станка:

1. Постановка корпуса сначала лицом к опоре, затем боком к станку;
2. Позиции ног. Повторяется 1,2,3 позиции и изучается 5 позиция и 4 позиция, сначала лицом к станку, а затем боком;
3. Деми плие по 1,2,3 позиции лицом к станку;
4. Батман тандю из 1,3 позиции в сторону лицом к ст;
5. Деми плие по 1,2,3 поз. Боком к станку;
6. Батман тандю из 3 поз. Вперед и назад лицом к станку;
7. Батман тандю крестом - боком к станку;
8. Батман тандю жете из 1 и 3 позиции в сторону лицом к станку;
9. Батман тандю жете из 3 позиции вперед и назад лицом к станку;
10. Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан - боком к станку;
11. Батман сотеню - боком к станку;
12. Пассе из 3 поз. - лицом к станку;
13. Соте по 1,2,3 позиции лицом к станку;
14. Пор де бра назад, в сторону и вперед - боком к станку;
15. Растяжки на станке.

На середине зала:

Позиции рук и ног.

Положение корпуса эпольман (круазе, эффасе).

Деми плие по 1,2,3 поз. Батман тандю -эпольман круазе и эффасе.

Батман тандю с деми плие -эпольман и ан фас.

Батман тандю жете в сторону из 3 позиции.

Батман тандю пике из 3 поз. вперед.

Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан. Релеве на полупальцы по 1,2,3 позиции.

Аллегро:

Соте по 1,2,3 позиции; Ассамбле по точкам вперед;

Эшаппе прыжки из 5 во 2 позицию;

Шанжман де пье - из 5 в 5 позиции.

Вращение:

Шене по диагонали;

Подготовка к пируэту ан дедан;

Балансе в сторону и вперед - назад;

Позы классического танца;

арабески - все четыре, но без подъема ноги.

2 четверть.

Боком к станку:

1. Деми плие по 1,2,5 позиции.
2. Батман тандю из 3 позиции вперед, в сторону и назад.
3. Гран плие по 1,2,5 позиции.
4. Батман тандю жете из 3 позиции вперед, в сторону и назад.
5. Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан с препарасьоном.
6. Положение ноги сюрле ку де пье (основное и условное).
7. Батман фраппе в сторону (лицом к станку)
8. Батман фондю в сторону, а в конце четверти вперед и назад.
9. Релеве лян в сторону из 1 позиции, лицом к опоре.
10. Гран батман жете в сторону из 1 позиции, лицом к опоре.
11. Перегибы корпуса назад и в сторону из 1,2,3 позиции.
12. Прыжки по 1,2,3 позиции.
13. Шанжман де пье
14. Эшаппе.
15. Растяжки у станка.

На середине зала:

Пор де бра 1,2,3,4

Деми плие и гран плие по 1,2,5 позиции Батман тандю и жете в комбинации Рон де жамб пар тер ан дедан, ан деор Релеве на полупальцы по 1,2,5 поз-и

Аллегро:

Соте по 1,2 и 5 позициях Шанжман де пье

Ассамбле с продвижением вперед Эшаппе

(Все прыжки исполняются ан фас) Балансе

Вращение по диагонали шене Пируэт ан деор и ан дедан

3 четверть.

У станка:

Все упражнения выполняются в более быстром темпе. Дополнительно:

батман фондю вперед, в сторону и назад;

батман фраппе вперед, в сторону и назад.

На середине зала:

Пор де бра 1,2,3,4. Деми и гран плие по 1,2,5 позиции. Батман тандю вперед, в сторону и назад. Батман тандю жете вперед, в сторону и назад. Рон де жамб пар тер ан деор и ан дедан. Батман ффраппе и фондю вперед, в сторону и назад Гран батман жете вперед, в сторону и назад. Арабески - 1,2,3,4 с подниманием ноги на 45°

Аллегро:

Тамп леве по 1,2,5 позиции; Ассамблее вперед и назад; шанжман де пье эшаппе па жете сиссоны в позах 1 и 2 арабеска

Вращение:

пируэт ан дедан и ан деор шене
по диагонали и кругу.

4 четверть.

Начиная с 4 четверти, все упражнения у станка можно выполнять на полупальцах:

1. гран плие и релеве на полупальцы;
2. батман тандю и батман тандю жете;
3. рон де жамб пар тер;
4. батман ффраппе и фондю;
5. рон де жамб ан лер-подготовительное.

Лицом к станку:

6. батман девелоппе;
7. гран батман жете.

На середине зала:

Гран плие и релеве лян;
батман тандю и батман жете в позах круазе и эффасе;
батман фондю и батман ффраппе батман девелоппе Гран батман жете 1У пор де бра

Аллегро:

Ассамбле с продвижением вперед и назад, Пажете
Сиссон уверт носком в пол
Глиссад в сторону
Па эшаппе
Шанжман де пье
Балансе ан турнан
Шене по диагонали и по кругу
Пируэт ан деор и ан дедан

2. Элементы народно-сценического танца.

Теория.

Основные технические навыки.

Характер женских и мужских танцев. Общее и различное в положении рук русских, белорусских, украинских и кавказских танцев. Национальные костюмы.

Практические занятия.

1 четверть.

У станка (боком к станку):

Деми плие в русском характере.

Батман тандю каблучный в русском характере.
Подготовка к веревочке в х-ре украинского танца.
Веребочка в х-ре украинского танца.
«Моталочка» в х-ре белорусского танца.
Флик-фляк в х-ре маиросского танца.
«Ковырялочка» в х-ре русского танца.
Гран батман жете в х-ре украинского танца.

На середине зала:

Положения и позиции рук и ног в русском, белорусском и украинском танце.
Положения и позиции рук в кавказских танцах.

Элементы и ходы белорусского танца:

- ход в полуприседании;
- присядка для мальчиков;
- ход танца «Лявониха»;
- перескок из стороны в сторону;
- положение рук в парах;
- этюды на основе элементов белорусского танца.

Элементы и ходы русского танца:

- тройной притон;
- дробная дорожка;
- «ключ-отбой»;
- дробь в «три ножки»;
- ковырялочка простая;
- подготовка к веревочке;
- веревочка простая с продвижением назад;
- веревочка простая на месте;
- моталочка с тройным притопом.

2 четверть.

Продолжается отработка всех элементов у станка. Движения исполняются более точно и четко.

На середине зала:

Отработка всех видов и элементов, выученных в 1 четверти. В конце четверти провести открытый урок для родителей.

3 четверть.

У станка:

Деми плие - в х-ре адыгейского танца. Батман тандю - в х-ре адыгейского танца. Батман тандю каблучный в х-ре русского танца.

Батман тандю жете с сокращением подъема в х-ре русского танца. Пассе с переступанием в х-ре кавказского танца. Ковырялочка в х-ре матросского танца. Веребочка в х-ре русского танца. Флик-фляк в х-ре матросского танца.

Дробные переступания в х-ре русского танца. Фондю в х-ре белорусского танца. Моталочка в х-ре белорусского танца. Гран батман жете в х-ре украинского танца.

На середине зала:

Основные ходы адыгейского танца «удж»,

Рисунки танца «Удж»,
Положение в парах в белорусском танце «Крыжачою» и «Лявониха»,
Основной шаг танца «Лявониха»,
Основные ходы и элементы украинского танца «Гопак»,
Происхождение танца Гопак.

1. бигунец;
2. ковырялочка;
3. веревочка;
4. па де баск
5. выхилистик
6. «голубцы».

4 четверть.

Отработка всех элементов у станка.
Выполнение всех упражнений в более быстром темпе.

На середине зала:

Танцевальные этюды в х-ре: русского танца; (хоровод, групповая пляска) белорусского танца «Крыжачою», украинского танца «Гопак», адыгейского танца «Удж».

3. Акробатика и гимнастика.

Теория.

«Как из маленьких кирпичей строятся огромные здания, так и разработка малых мышц помогает укрепить крупные» - Йозеф Пилатес

Главная задача педагога - научить слушать свой организм, правильно выстраивать тело при выполнении упражнений, и понимать какие мышцы должны работать и как их вычлениить.

Продолжить работу над правильным дыханием.

Отработка координации движений рук и ног, плавности движений, выносливости.

Практические занятия.

Увеличить и усилить работу на растяжку мышц, позвоночника. Продолжать работу на ковриках (см. 1 год обучения).

Боковое «колесо» делать в быстром и медленном темпе. «Стойка» на руках, «мостик».

4. Эстрадный танец.

Теория.

Характеристика историко-бытовых танцев. Поклоны и реверансы. История танца

Менуэт. Детские бальные танцы, их простота, органичность движений, народная основа. Правила ориентировки в зале.

Положение рук в изучаемых бальных танцах и в историко-бытовых танцах.

Практические занятия.

1 четверть.

1. Поклоны и реверансы XIX и XX веков
 - а) мужской поклон со шляпой;
 - б) мужской поклон без шляпы;
 - в) реверанс со шлейфом;
 - г) реверанс без шлейфа.
2. Отечественные бальные танцы.

«Сударушка» - парный танец, построенный на элементах русских танцев:
тройной ход с ударом - боковой шаг – шаг - каблук.

«свеча» - положение рук.

3. Адыгейский лирический - парный танец, построенный на элементах адыгских танцев:

- мелкий ход на полупальцах;
- боковой приставной;
- тройной шаг с точкой (ромб);
- общекавказский ход.

2 четверть.

1. Поклоны и реверансы ХУ 11 века:

- мужской поклон в танце менуэт;
- женский реверанс в танце менуэт.

1. Менуэт - танец ХУ 11 - начала ХУ 111 века:
основной шаг;

- композиция танца менуэт.

3. Отечественные бальные танцы

1) Сибирская полька - парный танец, построен на элементах русских танцев Сибири.

- припляс вперед и назад
- переменный ход вперед, назад, в повороте,
- «моталочка»
- вальсовый поворот.

2) Вару-вару - латышский парный боковой ход с отведением ноги в сторону на каблук - хлопки по коленям и в ладоши.

3) Летка-енка - массовый танец, построенный на прыжках вперед и назад.

4) Вальс по 3 позиции в парах - «фигурный вальс».

- балансе в сторону, вперед и назад –тур вальса «рельсовая дорожка».

5) Вальс – гавот - парный танец.

- повторить гавот
- соединить с вальсом.

6) Ча-ча-ча - латиноамериканский танец.

- продолжить изучение основного шага.

3 четверть.

Повторить и отработать всю изученную программу в 1 и 2 четверти. Повторение танцев, изученных на 1-ом году обучения:

1. русский лирический;
2. полька;
3. полонез;
4. гавот;
5. твист;
6. ча-ча-ча;
7. джайв.

4 четверть.

На основе выученных авторских композиций, сделать смешанные разводки.

1. Русский:

- а) русский лирический

- б) сударушка
- в) сибирская полька
- 2. Адыгейский лирический.
- 3. Историко-бытовой:
 - а) полонез
 - б) гавот
 - в) менуэт
 - г) вальс-гавот
- 4. Композиция детских танцев:
 - а) полька
 - б) вару-вару
 - в) джайв
 - г) рилио
 - д) «слоненок»

5. Постановочная и репетиционная работа.

Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится» -не нравится», «интересно - не очень интересно».

Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед.

- «Сибирская полька»;
- «Черный кот»;
- «Новогодний карнавал».

6. Музыкальные игры и музыкальные импровизации.

Этюды по мотивам сказок, мультфильмов.

Этюд №1 «Стрекоза и муравей».

Этюд №2 «Буратино и Мальвина».

Этюд №3 «Львенок и черепаха».

Этюд №4 «Фокусник» - цветок превращается в бабочку и наоборот, волка в лесу.

Этюд №5 «Баба Яга», «Кикимора», «Леший».

Этюд №6 Ветер легкий и очень сильный.

7. Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии.

В течение года проводятся:

праздники:

- День именинника;
- День Матери;
- Международный День защиты детей;
- День осени;
- Новогодние утренники;

конкурсы:

- «Подростковая мода-тема серьезная»;
- «Заботливое отношение к родителям - признак высокой культуры человека»;

- «Прошла война, прошла беда»;
- «Дорожная азбука»;
- «День Победы - как он был от нас далек»;
- «Красный, желтый, зеленый»;
- «Внимание, дорога!»;
- «Дорожная азбука»;

беседы:

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии:

- Бальные танцы - танго, вальс, полька, краковяк.
- Народные танцы - русские народные, испанские танцы, танцы Казахстана, Китая, Африки, Индии.
- Особенности восточного танца - Турция, Сирия, Египет.
- Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов.
- Современные танцы XX века - чарльстон, рок - н - ролл, свободные танцы, джазовые танцы, твист, танец модерн.

продвинутый уровень (11-14 лет)

3 год обучения.

На третьем году обучения начинается изучение упражнений на середине зала на полупальцах, наиболее легких упражнений ан турнан и изучение туров.

1. Классический танец.

Теория.

Динамические оттенки в музыке.

Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Краткая история создания балетов П.И. Чайковского «Щелкунчик» и «Лебединое озеро».

Практические занятия.

1 четверть.

У станка:

1. Деми-плие и гран плие, релеве на полупальцы в 1,2,4,5позициях, на 4/4каждое.
2. Батман тандю -24 такта по 2/4.
3. Рон де жамб пар тер -12 тактов по 4/4
4. Батман фондю на 45° и фраппе -24 такта по 2/4
5. Рон де жамб ан Лер -8 тактов по 4/4
6. Дубль фраппе и пти батман сюр лек у-де-пье
7. Батман девелоте -16 тактов по 4/4
8. Гран батман жете пуанте-8 тактов по 2/4.

На середине зала:

Маленькое адажио и батман тандю

Батман фондю на 45° на всей ступне и с подъемом на полупальцы. Батман фраппе с подъемом на полупальцы. Гран батман жете. Большое адажио.

Аллегро:

Ассамблее вперед и назад.

Жете в сторону, два тамп леве, ассамбле круазе назад. Сиссон уверт. Сиссон томбе Гранд эшаппе.

2 четверть.

У станка:

1. Деми-плие, гран плие и релеве.
2. Батман тандю и батман тандю жете.
3. Рон де жамб пар тер (ан деор и ан дедан).
4. Батман дубль фондю на 45°.
5. Рон де жамб ан пер.
6. Пти батман сюр лек у-де-пье.
7. Батман де,VELOPPE.
8. Гран батман жете.

На середине зала:

1. Маленькое адажио и батман тандю.
2. Батман сотеню.
3. Батман фраппе.
4. Рон де жамб ан пер.
5. Препарасьон с 5 позиции для тура сюр ле ку-де-пье ан деор и ан дедан.
6. Гран батман жете.
7. Большое адажио.

Аллегро:

1. Дубль ассамблее.
2. Жете и тамп леве, ассамблее круазе назад.
3. Баллоне круазе вперед.
4. Па де ша с броском ног назад.
5. Гран эшаппе.
6. Вращение по диагонали и кругу.

3 четверть.

1. Гран плие в 1,2,4,5 позициях на 4/4 каждое.
2. Батманг тандю.
3. Рон де жамб пар тер.
4. Батман сотеню.
5. Рон де жамб ан лер
6. Пти батман сюр ле ку-де-пье.
7. Батман девелоппе.
8. Гран батман жете.

На середине зала:

1. Маленькое адажио.
2. Батман тандю ан турнан.
3. Тур сюр ле ку-де-пье ан деор и ан дедан.
4. Рон де жамб пар тер и рон де жамб ан лер.
5. Батман сотеню.
6. Большое адажио.

Аллегро

1. Ассамбле вперед и назад.
2. Жете вперед и назад.
3. Баллоне.
4. Эшаппе и гран эшаппе
5. Шанжман де пье.
6. Вращение по диагонали и кругу.

4 четверть

У станка:

1. Два гран плие и два релеве на полупальцы, на 2/4 каждое в 1,2,4 и 5 позициях.
2. Батман тандю.
3. Рон де жамб пар тер.
4. батман сотеню.
5. Рон де жамб ан лер.
6. Пти батман сюр ле ку-де-пье.
7. Батман девелоппе.
8. Гран батман жете.

На середине зала:

1. Маленькое адажио.
2. Батман тандю.
3. Рон де жамб пар тер.
4. Батман сотеню на 45°.
5. Гран батман жете.
6. Большое адажио.

Аллегро:

1. Ассамбле.
2. Сиссон уверт.
3. Сиссон ферме.
4. Баллоне эффасе.
5. Шанжман де пье.
6. Вращение по диагонали и кругу.

2. Народно-сценический танец.

Теория.

Характер танцев средней полосы России.

Танцы Средней Азии.

Легенды, сказки и их связь с танцами.

Практические занятия.

У станка:

1. Деми плие, гран плие - в характере кавказского танца.
2. Батман тандю скользящий и с переступанием в характере кавказского танца.
3. Батман тандю жете с деми плие и сокращением подъема в характере белорусского танца.
4. Флик фляк - в характере матросского, цыганского, русского танца.
5. «Веревочка» - в характере украинского, венгерского и русского танца.

6. Батман фондю - в характере белорусского танца, русского, польского.
7. Батман фраппе - в характере итальянского, польского, цыганского танца.
8. Рон де жамб пар тер - в характере цыганского, польского, матросского танца.
9. Девелоппе - в характере русского, белорусского танца.
10. Гарн батман жете - в характере русского, венгерского танца.
11. Прыжки в характере русского танца.

На середине зала:

1. «Веровочка» - простая, двойная.
2. «Веровочка» с переступанием вперед, в сторону.
3. Дроби: дробная дорожка, дробь в «три ножки» ключ-отбой, двойная дробь с переступанием.
4. «Моталочки»
5. «Моталочка»
6. Па де баск в х-ре русского, украинского.
7. Хлопушки, присядки.
8. Шаги и элементы русского танца.
9. Шаги и элементы украинского танца.
10. Шаги и элементы белорусского танца.
11. Шаги и элементы для матросского танца.
12. Шаги и элементы танца «Лезгинка».

Танцевальные этюды в характере:

1. Русского танца «Утушка».
2. Русского танца «Барыня».
3. Белорусского танца «Крыжачок», «Лявониха».
4. Матросского танца «Яблочко».
5. Лезгинки.
6. Украинского танца «Гопак», «Веснянки».

3. Акробатика и гимнастика.

Теория.

Характеристика акробатических упражнений, техника акробатических упражнений, методика обучения.

Практические занятия.

Акробатические прыжки:

1. перекаты - упр-я, характеризующиеся вращательным движением тела с касанием опоры без переворачивания через голову;
2. кувырки - вращательные движения тела с переворачиванием через голову;
3. перевороты;
4. полуперевороты;
5. сальто;
6. одиночные упражнения - стойки, мосты и шпагаты;
7. прыжок из стойки на руках (курбет);
8. переворот с поворотом (рондат);
9. переворот назад (фляк).

Статические упражнения:

1. Стойка на лопатках;
2. Стойка на голове;
3. Стойка на руках.

4. Бально-спортивный и эстрадный танец.

Теория.

На третьем году обучения на занятиях по бально-спортивному и эстрадному танцу для разминки используются элементы спортивной или ритмической гимнастики и элементы разучиваемых танцев, а также элементы шейпинга, каланетики или гимнастики Пилатеса.

Практические занятия.

1. Общая разминка по кругу.
2. На середине и у станка: упражнения классического тренажа в эстрадном характере.
3. Основной шаг медленного вальса.
4. Шаг-перемена, квадрат.
5. Спин-поворот, шассе.
6. Основной шаг ча-ча-ча, самбы, румбы.
7. Шаги и элементы джайва.
8. Основной шаг и элементы твиста и чарльстона.
9. Композиция полонеза, гавота.
10. Падеграс.
11. Композиция русских бальных танцев.
12. Элементы современных молодежных танцев:
 - а) Волны-брейк;
 - б) Рэп - шаг.

5. Постановочная и репетиционная работа.

Репетиционная работа строится таким образом, чтобы полученные знания, умения и навыки проверить в форме разработанных игровых викторин и конкурсов. Обучающиеся участвуют в конкурсах хореографического мастерства и демонстрируют свои навыки в исполнении следующих танцев:

- Русский танец «Утушка»;
- Матросский танец «Яблочко»;
- «Зафак»;
- Украинский танец «Гопаку»;
- эстрадный танец «Черный кот»;
- бальный эстрадный танец «Успех».

6. Воспитательная работа: праздничные мероприятия, дискотеки, беседы, конкурсы, экскурсии.

В течение года проводятся:

праздники:

- День именинника;
- «Праздник для мам»
- Международный День защиты детей;
- День осени;
- Новогодние утренники;

конкурсы:

- «Я - гражданин России»;
- «А ну-ка, девочки!»;
- «Дорожная азбука»;
- «День Победы - как он был от нас далек»;
- «Красный, желтый, зеленый»;
- беседы:
- «Магия личного обаяния»;
- «Курение – мода или привычка»;
- «Мы за здоровый образ жизни».

IV. Методическое обеспечение программы.

Деятельность ансамбля «Ритмы планеты» направлена на сценическое воплощение различных двигательных, танцевальных умений и навыков. Одним из главных ожидаемых результатов является сформированная готовность ребенка к выступлению на сцене в составе ансамбля и сольно. На таких выступлениях проверяется качество усвоенных умений, полученных на занятиях.

Полученные знания, умения должны помочь детям развить:

- физические, координационные качества;
- умения управлять своими движениями, правильно использовать свой физический потенциал;
- способности технически верно выполнять двигательные задания, осваивать музыкальные ритмы;
- правильную осанку;
- резервы своего здоровья.

Программой предусматривается увеличение двигательного опыта, освоение способов самоконтроля, самообучения, страховки и помощи; направленность на реальный конкретный результат (освоенность техники выполнения танцевальных упражнений, прыжков, композиций). Двигательная активность вызывает у детей позитивные эмоции, психологическое благополучие, физическое и творческое развитие.

Полученные знания, умения и навыки проверяются в форме разработанных игровых викторин и конкурсов, которые проводятся на праздниках, отмечаемых в ансамбле и в конце года на итоговых занятиях.

Система диагностики результативности прохождения программы складывается из следующих оцениваемых групп параметров:

- результативность прохождения разделов каждого года обучения (указывается в конце содержания учебной деятельности по годам обучения);
- качество совместного творческого продукта (выступление на концертах, фестивалях-конкурсах, на массовых культурно-досуговых мероприятиях и т.д.).

В результате обучения формируется увлеченная творческая личность, имеющая сформированные нравственно-духовные принципы, чувство ответственности за общее дело

I год обучения.

У детей 5-7 лет особое внимание уделяется воспитанию любви и искусству танца и поддержанию интереса у детей к занятиям. Для этого используются такие формы обучения как музыкальная игра, комплекс партерной гимнастики и разучивание танцевальных миниатюр (маленьких танцев). Первое позволяет начать обучение детей в соответствии с их возрастными особенностями, второе – развивает физические возможности и третье – создает у них ощущение полного приобщения к искусству танца.

Занятия с обучающимися младшего возраста проводятся в форме игры, театрализации, развивающей беседы. Игра развивает фантазию, воображение ребенка, помогает ему самореализовываться. Игровая форма занятия позволяет быстрее усвоить изучаемый материал, раскрыть свои творческие способности. Работа над физическим развитием детей необходимо начинать как можно раньше. В связи с этим в программу введены упражнения, активно развивающие физические данные детей. Это разминки, подготавливающие мышцы ребенка к нагрузкам, и комплекс партерной гимнастики. Микро- и макро-координацию помогают развивать отдельные танцевальные движения и танцевальные композиции.

II год обучения.

Работа с детьми 8-10 лет строится по следующей методике – повторяется ранее изученный материал, закрепляется правильная хореографическая постановка корпуса, классическая постановка ног и рук «на середине», изучаются характерные для народного танца позиции ног и рук, вырабатывается умение ориентироваться в пространстве и относительно друг друга, изучаются элементы народно-сценического танца, значительно расширяется объем танцевального кругозора. Сюда входят элементы классики, динамики, координации, где следует тщательно следить за мягкостью, пластичностью, выразительностью. В каждое занятие включаются упражнения и на расслабление. Дети уже умеют слушать музыку и подчинять свое тело оттенкам и характеру музыкального произведения.

Увеличивается физическая нагрузка за счет количества повтора движений. Учитывается и стремление детей к большей самостоятельности, поэтому необходима разработка педагогических приемов, активного включения их в творческий процесс.

Усложняются партерные упражнения и акробатика. Основное на этом этапе – четко знать термины классического экзерсиса и уметь выполнять классический элемент без напоминания педагога, соблюдая все правила классического экзерсиса.

III год обучения.

Предполагается изучение элементов классического, народного и современного танцев – основных танцевальных направлений хореографического ансамбля. Меняется и качество миниатюр, поставленных на основе этих элементов. Детям становятся доступны сюжетные, ролевые, технически насыщенные композиции (соответствующие их возрасту), развиваются творческое воображение и навыки эмоционального артистического исполнения.

Региональный компонент.

Учитывая многонациональность Республики Адыгея - нравственно-эстетическое воспитание школьников средствами танцевального искусства направлено на формирование гуманной личности, уважающей культурные традиции народов, населяющих регион. Приобщение школьников к народному танцу создает условия для постижения национальных и общечеловеческих ценностей.

Методы, приемы и принципы организации учебно-воспитательного процесса.

В системе дополнительного образования детей наиболее часто используются следующие педагогические технологии:

1. По подходу к ребёнку мы используем личностно-ориентированные технологии.
2. По преобладающему методу:
 - репродуктивные технологии: объяснительно – иллюстративные;
 - технологии проблемного обучения: исследовательский;
 - игровые технологии;
 - технология коллективного творческого воспитания посредством коллективных творческих дел.
3. По организационным формам:
 - групповые технологии, которые предполагают: групповую (одно задание на разные группы)
 - технология дифференцированного обучения технология коллективного способа обучения.

Педагог организует для детей смену деятельности:

- различные мероприятия,

- конкурсы,
- игры,
- фестивали,
- праздничные концерты, в том числе и отчетный, где дети имеют возможность показать разученные танцы, а педагоги – судить о степени формирования азов сценической культуры.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Для проверки знаний обучающихся выделяются измеряемые параметры, соответствующие ожидаемым результатам. В таблице экспертных оценок фиксируются оценки полученных знаний, сформированных умений и практических навыков обучающихся за год, выраженные в баллах, на каждого обучающегося индивидуально. Полученные результаты позволяют отразить динамику успехов и неудач обучающихся, определить конкретные формы помощи со стороны педагога.

Таблица экспертных оценок параметров развития обучающихся

Список детей	Чувство ритма	Ориентирование в пространстве относительно		Выполнение танцевальных связок		
		друг друга	площадки	Классический танец	Народно-сценический танец	Современ. танец
Ф. И.	Хлопковые комбинац.					

Данная таблица заполняется педагогом в конце каждого учебного года.

Индивидуальные достижения оцениваются по 5-ти балльной системе. Если ребенок не освоил в силу каких-то обстоятельств пройденный материал и получил оценки ниже «3», то ему рекомендуется пройти курс обучения повторно на данной ступени.

Формы контроля.

В качестве методов диагностики результатов обучения можно использовать:

- тестирование,
- опросы, викторины,
- выставки,
- творческие задания,
- концерты,
- творческие отчеты и т. п.

В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать:

- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- диагностическую беседу,
- метод рефлексии,
- метод незаконченного предложения и др.

Контроль за реализацией образовательной программы проводится два раза в год (в конце 1 полугодия – промежуточный; в конце учебного года – итоговый). В группах первого года обучения проводится срез на начало учебного года для фиксации уровня подготовки вновь поступивших воспитанников.

Методическое обеспечение программы.

- инструкция по технике безопасности;
- дополнительно-образовательная программа;
- методические разработки;
- наглядные пособия;
- литература.

Работа с родителями.

В течение учебного года с родителями проводятся индивидуальные консультации, беседы, рекомендации по правильной организации творческой деятельности с детьми.

В конце каждой четверти и полугодия с родителями организуется проведение тематических собраний:

- «Развитие творческих способностей детей»;
- «Как учить понимать прекрасное»;
- «Как наладить доверительные отношения между родителями и детьми»;
- «Организация совместной творческой деятельности детей и взрослых».

Ежегодно, в конце учебного года проводится праздник, на котором ребятам вручаются грамоты за активную деятельность в кружке, за призовые места в городских и республиканских мероприятиях, объявляются благодарности родителям, активно принимавшим участие в жизни детского творческого объединения.

Безопасность организации обучения.

На занятиях уделяется серьезное внимание безопасным условиям обучения. Ежемесячно проводятся беседы по соблюдению правил безопасного поведения в хореографическом зале, правилам поведения на улице, правилам оказания первой медицинской помощи при травмах.

В кабинете имеются:

- «Инструкция по правилам поведения в хореографическом кабинете».
- «Инструкция по оказанию первой медицинской помощи при травмах».
- «Инструкция по правилам пожарной безопасности».

Материально – техническое обеспечение занятий.

Для занятий по хореографии необходимо:

- специальные, хорошо проветриваемые помещения с гладким полом;
- станок: для детей 65-70 см, для взрослых 90-105 см;
- наличие зеркал;
- наличие света;
- наличие музыкальных инструментов: пианино, магнитофон, видео и теле- аппаратура, кассеты, диски;
- наличие расписания;
- наличие сцены для репетиционных занятий;
- балетные туфли, чешки, джазовки;

Форма одежды:

для девочек – футболка, ласины и обувь (чешки для различного тренажа и туфельки с небольшим каблучком – для разучивания элементов народно-сценического танца);

для мальчиков – футболка, лосины, чешки или сапоги.

Обязательным для занятий хореографией является наличие оборудования:

- музыкальный центр,

- фонотека детских песен, классических, народных и современных произведений;
- видеокамера и цифровой фотоаппарат.

Инвентарь:

- коврики для партерной гимнастики,
- мячи,
- гимнастические скамейки.

V. Используемая литература.

Литература для педагогов.

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
3. Вьютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Просвещение, 1991.
4. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. - М., 2001.
5. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
6. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
7. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
8. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
9. Хаустов В.В. Методическое пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. - Ростов-на-Дону, 1999.
10. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
11. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
12. Игры в школе. - М.: АСТ, 2000.
13. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
14. Новиков С.Ю. Любимые праздники. - М.: АСТ - ПРЕСС СКД, 2003.
15. Программы для социально-психологического сопровождения детей с отклоняющимся поведением. - Ростов-на-Дону, 2002.

Литература для обучающихся.

1. С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковнина «Музыка и движение». М-2003г.
2. П.А.Гусева «Музыка и хореография современного балета». С-Петербург-2000.
3. К.И.Антонова. «140 знаменитых балетных либретто». М-1997.
4. Видеоматериал: Чемпионат Мира по танцам - взрослые, юниоры, дети - все финалы.
5. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
6. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.

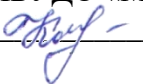
**VI. Приложение к дополнительной общеразвивающей программе
обучения детей в хореографическом ансамбле
«Ритмы планеты»**

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Майкопский центр развития творчества детей и взрослых»

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

МБУДО «МЦРТДВ»


 Кожубекова О.В.



«Утверждаю»

Директор

МБУДО «МЦРТДВ»

Снахо А.З. 

**Календарно-тематический план
к дополнительной общеразвивающей программе
обучения детей в хореографическом ансамбле
«Ритмы планеты»
на 2020-2021 учебный год**

**Лемешева Анастасия Васильевна,
педагог дополнительного образования**

г. Майкоп, 2020г.

**Календарно-тематический план
I год обучения**

№	Дата проведения	Количество часов			Тема занятия	Примечание
		Всего	Теория	Практика		
1.	03.09.	2	0.4	1.6	Беседа о технике безопасности и ОБЖ в ZOOM. Знакомство с предстоящими занятиями на год. Знакомство с частями тела.	
2.	06.09.	2	0.2	1.8	Ориентация в пространстве. Особенности и отличия ритмики от других видов дисциплин. Позиции ног и рук -1,2,3.	
3.	10.09.	2	0.2	1.8	Движения для укрепления мышц и суставов всего тела. Деми плие по 1 и 2 позиции.	
4.	13.09.	2	0.1	1.8	Работа корпуса. Танцевальные шаги. Батман тандю в сторону.	
5.	17.09.	2	0.1	1.9	Фигурная маршировка. Батман тандю жете. Музыкальная импровизация»	
6.	19.09.	2	0.2	1.8	Теория деми плие. Танцевальные ходы в образах. Релеве на полу пальцах.	
7.	24.09.	2	0.2	0.8	Изучение движений, сочетающих хлопки, прыжки, притопы. Батман тандю пике в сторону.	

8.	26.09.	2	0.1	1.9	Упражнения на координацию. Прыжки сотте по 1 позиции	
9.	27.09.	2	0.1	1.9	Элементы партерного экзерсиса. Боковой голоп.	
10.	01.10.	2	0.1	1.9	Упражнения для расслабления мышц тела. Подскоки.	
11.	04.10.	2	0.1	1.9	Улучшение эластичности мышц плеча и предплечья. Изучение Польки.	
12.	10.10.	2	0.1	1.9	Развитие подвижного локтевого сустава. Наклоны корпуса вперёд и в сторону.	
13.	15.10.	2	0.1	1.9	Развитие гибкости плечевого и поясного суставов.	
14.	17.10.	2	0.1	1.9	Укрепление мышц брюшного пресса.	
15.	22.10.	2	0.2	1.8	Развитие гибкости позвоночника.	
16.	25.10.	2	0.1	1.9	Улучшение подвижности тазобедренного сустава.	
17.	29.10.	2	0.1	1.9	Развитие паховой выворотности. Рассказ «Скоморошество на Руси»	
18.	05.11.	2	0.2	1.8	Упражнения на развитие танцевального шага. Сочинение «Почему я люблю танцевать»	

19.	08.11.	2	0.2	1.8	Партерные элементы.	
20.	12.11.	2	0.1	1.9	Вращения. Растяжка.	
21.	15.11.	2	0.1	1.9	Па шассе. Музыкальная импровизация.	
22.	21.11.	2	0.1	1.9	Прыжки сотте по V позиции. Партерные упражнения.	
23.	26.11.	2	0.2	1.8	Колесо. Пируэт на месте.	
24.	29.11.	2	0.1	1.9	Законы равновесия. Музыкальная импровизация.	
25.	03.12.	2	0.3	1.7	Культура движения рук-выразительность.	
26.	06.12.	2	0.2	1.8	Гран плие по 1 и 2 позиции. Музыкальная импровизация «Зима».	
27.	10.12.	2	0.4	1.6	Перегибы корпуса. Внеклассное мероприятие на тему «Загрязнение окружающей среды».	
28.	13.12.	2	0.1	1.9	Закрепление изученного материала.	
29.	19.12.	2	0.1	1.9	Закрепление повторение материала.	
30.	24.12.	2	0.2	1.8	Аттестационный урок	
31.	27.12.	2	0.1	1.9	Музыкальная импровизация под новогоднюю песню.	
32.	09.01.	2	0.1	1.9	Деми плие по 1, 2, 3, позиции.	

					Вращения	
33.	14.01.	2	0.1	1.9	Батман тандю в сторону. Растяжка.	
34.	16.01.	2	0.2	1.8	Батман тандю жете по точкам. Позы.	
35.	23.01.	2	0.1	1.9	Батман тандю пике в сторону. Прыжки .	
36.	28.01.	2	0.2	1.8	Пор де бра вперед, назад, в сторону. Растяжка.	
37.	31.01.	2	0.1	1.9	Па балансе в сторону из 3 позиции. Гимнастика.	
38.	04.02.	2	0.1	1.9	Разновидности галопов. Сочинение танца под музыку «Фиксики»	
39.	07.02.	2	0.1	1.9	Ритмические хлопки па полька , подскоки. Соединение под немецкую музыку.	
40.	13.02.	2	0.2	1.8	Движения для укрепления мышц и суставов всего тела	
41.	18.02.	2	0.1	1.9	Упражнения на координацию.	
42.	25.02.	2	0.1	1.9	Упражнения для расслабления мышц тела.	
43.	27.02.	2	0.1	1.9	Улучшение эластичности мышц плеча и предплечья.	
44.	03.03.	2	0.1	1.9	Развитие подвижного локтевого сустава.	
45.	05.03.	2	0.4	1.6	Развитие гибкости плечевого и	

					поясного суставов. Игра « В гостях у волшебников». Музыкальная импровизация «Весна-Красна», «Мамочка моя»	
46.	10.03.	2	0.1	1.9	Укрепление мышц брюшного пресса	
47.	13.03.	2	0.1	1.9	Развитие гибкости позвоночника.	
48.	17.03	2	0.1	1.9	Улучшение подвижности тазобедренного сустава.	
49.	20.03.	2	0.1	1.9	Развитие паховой выворотности. Вращения	
50.	24.03.	2	0.1	1.9	Танцевальный шаг в темпе марша. Танец Фиксики	
51.	27.03.	2	0.1	1.9	Комбинации на растяжку.	
52.	31.03.	2	0.2	1.8	Закрепление и повторение Батман тандю.	
53.	02.04.	2	0.2	1.8	Закрепление и повторение Батман тандю жете.	
54.	07.04.	2	0.2	1.8	Закрепление и повторение релеве . Повороты корпуса	
55.	14.04.	2	0.1	1.9	Закрепление и повторение Батман тандю пике.	
56.	16.04	2	0.1	1.9	Закрепление и повторение Гран плие.	
57.	17.04.	2	0.3	1.7	Комбинация на плие.	
58.	21.04	2	0.3	1.7	Комбинация Батман тандю.	
59.	23. 04.	2	0.3	1.7	Комбинация Батман	

					тандю жете.	
60.	24.04.	2	0.3	1.7	Комбинация Батман тандю пике.	
61.	28.04.	2	0.4	1.6	Вращения на месте. Игра «Концерт» в ZOOM.	
62.	05.05.	2	0.2	1.8	Шене по диагонали Акробатические упражнения.	
63.	08.05.	2	0.1	1.9	Сотте по 1. 2 и 5 позициях. « День победы» Музыкальная импровизация.	
64.	12.05.	2	0.3	1.7	Рон де жам партер .	
65.	14.05.	2	0.1	1.9	Движения для укрепления мышц и суставов всего тела	
66.	15.05.	2	0.3	1.7	Упражнения на координацию. Игра «Животные и птицы».	
67.	19.05.	2	0.5	1.5	Упражнения для расслабления мышц тела.	
68.	21.05.	2	0.1	1.9	Улучшение эластичности мышц плеча и предплечья.	
69.	22.05.	2	0.1	1.9	Развитие подвижного локтевого сустава.	
70.	26.05.	2	0.2	1.8	Закрепление изученного материала.	
71.	28.05.	2	0.1	1.9	Подготовка к итоговой аттестации. Повторение и закрепление материала.	

72.	29.05.	2	0.1	1.9	Контрольный урок. Итоговая аттестация.	
	Всего	144	12	132		

II год обучения

№	Дата проведения	Количество часов			Тема занятия	Примечание
		Всего	Теория	Практика		
1.	03.09.	2	0.3	1.7	Инструктаж по технике безопасности. Беседа о ЗОЖ. Основные правила движений у станка в ZOOM.	
2.	06.09.	2	0.2	1.8	Упражнения на расслабления мышц тела. Понятие и изучение поворотов ан деор и ан дедан. Положение позиции рук и ног в русском, беларусском и украинском танце.	
3.	10.09.	2	0.2	1.8	Улучшение эластичности мышц плеча и предплечья. Эпольман. Логика и техника смены эпольман. Элементы и ходы народного танца.	
4.	13.09.	2	0.2	1.8	Развитие подвижного локтевого сустава. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.	

					Элементы и ходы белорусского танца.	
5.	17.09.	22	0.2	1.8	Укрепление мышц брюшного пресса. Изучение V позиции. Элементы и ходы русского танца. Работа над основными техническими приёмами современного-эстрадного танца.	
6.	19.09.	2	0.1	1.9	Улучшение гибкости позвоночника. Комбинация Плие. Деми плие в русском характере.	
7.	24.09.	2	0.3	1.7	Улучшение подвижности тазобедренного сустава. Комбинация Батман тандю. Разучивание крестом. Батман тандю каблучный –в русском характере.	
8.	26.09.	2	0.2	1.8	Развитие паховой выворотности. Комбинация Батман тандю жете. Подготовка к верёвочке. Работа над танцевальными элементами в стиле джаз-танца.	
9.	27.09.	2	0.2	1.8	Упражнение на развитие танцевального шага. Рон де жамб пар тер. Разучивание	

					движения « Моталочка».	
10.	01.10.	2	0.2	1.8	Улучшение гибкости коленных суставов. Баттман сотеню. Разучивание движения- Флик- фляк.	
11.	04.10.	2	0.2	1.8	Подвижность голеностопного сустава. Эластичность голени и стопы. Изучение Пассе из 3 позиции. Разучивание Ковырялочки.	
12.	10.10.	2	0.2	1.8	Упражнение на исправление осанки. Сотте по 1,2,3 позициях. Разучивание танцевальных элементов эстрадного танца «Лягушки».	
13.	15.10.	2	0.1	1.9	Пор де бра. Гран батман жете в х-ре украинского танца.	
14.	17.10.	2	0.1	1.9	Растяжка. Ход в полуприседании. Разучивание упражнений рук в современном танце.	
15.	22.10.	2	0.1	1.9	Разучивание прыжков эшапе. Присядки.	
16.	25.10.	2	0.1	1.9	Разучивание прыжков Шанжам де пье. Ход танца	

					«Лявониха».	
17.	29.10.	2	0.1	1.9	Шене. Перескоки. Выполнение упражнений на развитие подъёма.	
18.	05.11.	2	0.1	1.9	Подготовка к пируэту ан дедан. Элементы и ходы русского танца.	
19.	08.11.	2	0.2	1.8	Балансе в различных направлениях. Разучивание движения Тройной притоп.	
20.	12.11.	2	0.2	1.8	Позы классического танца. Разучивание движения Дробная дорожка.	
21.	15.11.	2	0.2	1.8	Изучение положения ног-сюрле ку де пье. Разучивание движения –Ключ-	
22.	21.11.	2	0.2	1.8	Изучение Батман фраппе. Подготовка к верёвочке. Изучение элементов эстрадного танца «Лягушки»	
23.	26.11.	2	0.2	1.8	Прыжки. Разучивание простой верёвочки с продвижением назад.	
24.	29.11.	2	0.2	1.8	Растяжка. Деми плие в х-ре испанского танца.	
25.	03.12.	2	0.2	1.8	Изучение прыжков – ассамбле. Батман тандю в х-ре испанского танца.	

26.	06.12.	2	0.3	1.7	Изучение Тамп леве. Батман тандю каблучный в характере русского танца. Изучение тройного красса.	
27.	10.12.	2	0.2	1.8	Изучение па жете. Батман тандю жете с сокращением подъёма.	
28.	13.12.	2	0.1	1.9	Закрепление изученного материала.	
29.	19.12.	2	0.1	1.9	Закрепление изученного материала	
30.	24.12.	2	0.2	1.8	Аттестационный урок.	
31.	27.12.	2	0.5	1.5	Новогодняя ёлка. Музыкальная импровизация.	
32.	09.01.	2	0.1	1.9	Упражнения на расслабления мышц тела. Повторение и закрепление поворотов ан деор и ан дедан. Пассе с переступанием в х- ре кавказского танца.	
33.	14.01.	2	0.2	1.8	Улучшение эластичности мышц плеча и предплечья. Эпольман. Логика и техника смены эпольман. Закрепление. Ковырялочка в х-ре матросского танца.	
34.	16.01.	2	0.2	1.8	Развитие подвижного	

					локтевого сустава. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра. Повторение верёвочки.	
35.	23.01.	2	02.	1.8	Укрепление мышц брюшного пресса. Флик-фляк в характере матросского танца.	
36.	28.01.	2	0.2	1.8	Улучшение гибкости позвоночника. Повторение Комбинации Плие. Дробные переступания в х-ре русского танца Специфика исполнения шага на месте и в сторону с приставкой в эстрадном танце.	
37.	31.01.	2	0.2	1.8	Улучшение подвижности тазобедренного сустава. Комбинация Батман тандю. Закрепление крестом. Разучивание движения Фондю в х-ре белорусского танца.	
38.	04.02.	2	0.2	1.8	Развитие паховой выворотности. Повторение Комбинации Батман тандю жете. Основные ходы русского танца «	

					Смоленский гусачок».	
39.	07.02.	2	0.1	1.9	Упражнение на развитие танцевального шага. Рон де жамб пар тер. Положение в парах в белорусском танце «Крыжачок» и «Лявониха».	
40.	13.02.	2	0.1	1.9	Улучшение гибкости коленных суставов. Батман сотеню. Основной шаг танца «Лявониха». Знакомство с особенностями исполнения изоляции.	
41.	18.02.	2	0.1	1.9	Подвижность голеностопного сустава. Эластичность голени и стопы. Повторение Пассе из 3 позиции. Основные элементы и ходы украинского танца «Гопак»	
42.	25.02.	2	0.1	1.9	Упражнение на исправление осанки. Сотте по 1,2,3 позициях. Разучивание движения Бегунец.	
43.	27.02.	2	0.1	1.9	Пор де бра. Па де баск в русском характере. Разучивание танцевальных элементов в эстрадном танце «Лягушки».	

44.	03.03.	2	01.	1.9	Растяжка на станке. Ковырялочка. Закрепление элементов в танце «Лягушки».	
45.	05.03.	2	0.1	1.9	Закрепление прыжков эшапе. Верёвочка.	
46.	10.03.	2	0.2	1.8	Повторение и закрепление прыжков Шанжам де пье. Разучивание движения Выхиялстник.	
47.	13.03.	2	0.2	1.8	Шене Разучивание движения Голубци. Передвижение в пространстве.	
48.	17.03	2	0.2	1.8	Подготовка к пируэту ан дедан. Повторение и закрепление и закрепление комбинации Деми – плие в русском х-ре.	
49.	20.03.	2	0.2	1.8	Балансе в различных направлениях. Повторение и закрепление Батман тандю каблучный в русском характере.	
50.	24.03.	2	0.1	1.9	Позы классического танца. Повторение и закрепление Верёвочки Исполнение шага на месте с приставкой.	
51.	27.03.	2	0.1	1.9	Изучение положения ног-сюрле ку де пье. Повторение и	

					закрепление моталочки.	
52.	31.03.	2	0.2	1.8	Повторение и закрепление Батман фраппе. Повторение и закрепление Флик – фляк в х-ре матросского танца.	
53.	02.04.	2	0.2	1.8	Прыжки. Повторение и закрепление Гран батман жете в х-ре украинского танца.	
54.	07.04.	2	0.2	1.8	Растяжка. Повторение и закрепление элементов ходов белорусского танца.	
55.	14.04.	2	0.2	1.8	Повторение прыжков –ассамбле.	
56.	16.04	2	0.1	1.9	Закрепление Тамп леве. Повторение и закрепление элементов ходов русского танца.	
57.	17.04.	2	0.1	1.9	Повторение и закрепление па жете. Выполнение упражнений для ног на 90 градусов.	
58.	21.04	2	0.1	1.9	Рон де жамб партер на середине. Повторение и закрепление элементов эстрадного танца «Лягушки».	
59.	23.04.	2	0.1	1.9	Комбинация плие на середине. Шене.	
60.	24.04.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман	

					танцю на середине. Повторение и закрепление Батман танцю в х-ре испанского танца.	
61.	28.04.	2	0.2	1.8	Прыжки. Повторение и закрепление основных ходов «Смоленского гусачка». Особенности исполнения наклонов с разной амплитудой.	
62.	05.05.	2	0.2	1.8	Вращения. Рисунки танца «Смоленский гусачок» Музыкальная импровизация.	
63.	08.05.	2	0.1	1.9	Растяжка. Отработка всех элементов в танце «Смоленский гусачок».	
64.	12.05.	2	0.1	1.9	Партнерная гимнастика. Повторение и закрепление основного шага в белорусском танце «Лявониха».	
65.	14.05.	2	0.1	1.9	Подготовка к пируэту ан дедан. Повторение и закрепление основных ходов и элементов украинского танца «Гопак» Повторение и закрепление	

					элементов эстрадного танца «Лягушки».	
66.	15.05.	2	0.2	1.8	Балансе в различных направлениях. Отработка всех элементов у станка.	
67.	19.05.	2	0.1	1.9	Позы классического танца. Отработка всех элементов у станка. Вращения.	
68.	21.05.	2	0.3	1.7	Изучение положения ног-сюрле ку де пье.	
69.	22.05.	2	0.2	1.8	Повторение и закрепление изученного материала.	
70.	26.05.	2	0.2	1.8	Закрепление изученного материала	
71.	28.05.	2	0.1	1.9	Подготовка к итоговой аттестации.	
72.	29.05.	2	0.1	1.9	Контрольный урок. Итоговая аттестация.	
	Всего	216	16	200		

III год обучения.

№	Дата проведения	Количество часов			Тема занятия	Примечание
		Всего	Теория	Практика		
1.	03.09.	2	0.4	1.6	Инструктаж по технике безопасности. Правила исполнения движений при выполнении сложных элементов. Беседа о ЗОЖ в ZOOM.	

2.	06.09.	2	0.3	1.7	Классический экзерсис. Комбинация на плие. Растяжка.	
3.	10.09.	2	0.3	1.7	Изучение комбинации Батман тандю. Вращения. Прыжки	
4.	13.09.	2	0.2	1.8	Комбинация ронд де жамб партер. Упражнения для укрепления спины, коррекция осанки.	
5.	17.09.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман фондю на 45 градусов. Особенности пластики, и манеры эстрадного танца.	
6.	19.09.	2	0.1	1.9	Комбинация Фраппе. Упражнения на выносливость.	
7.	24.09.	2	0.1	1.9	Комбинация Батман девелопе. Упражнения на укрепление мышц пресса.	
8.	26.09.	2	0.5	1.5	Экзерсис у станка. Комбинация Гран батман жете. Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры.	
9.	27.09.	2	0.3	1.7	Адажио на середине зала. Растяжка(стрейтчинг). Передвижения в пространстве.	
10.	01.10.	2	0.2	1.8	Батман тандю на	

					середине зала. Выполнение вращений на двух и одной ноге.	
11.	04.10.	2	0.2	1.8	Батман фондю на середине зала. Выполнение упражнений руками в эстрадном танце.	
12.	10.10.	2	0.2	1.8	Гран батман жете на середине зала. Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног.	
13.	15.10.	2	0.1	1.9	Комбинация – Ассамбле Прыжки в современном танце.	
14.	17.10.	2	0.2	1.8	Вращения по диагонали и по кругу. Выполнение различных упражнений на релаксацию.	
15.	22.10.	2	0.2	1.8	Па де ша с броском ног назад. Упражнения для позвоночника.	
16.	25.10.	2	0.2	1.8	Гран эшапе. Улучшение координации движений.	
17.	29.10.	2	0.1	1.9	Большое адажио на середине. Развитие гибкости.	
18.	05.11.	2	0.1	1.9	Комбинация- Ассамбле. Кроссы.	
19.	08.11.	2	0.1	1.9	Акробатические	

					элементы. Растяжка	
20.	12.11.	2	0.2	1.8	Передвижение в пространстве. Партерная разминка	
21.	15.11.	2	0.1	1.9	Баллоне эфасе Упражнения для развития выворотности и танцевального шага.	
22.	21.11.	2	0.3	1.7	Разучивание этюда (Лист «Грёзы».) Развитие выворотности.	
23.	26.11.	2	0.3	1.7	Комбинация плие в х-ре кавказского танца. Упражнения для улучшения осанки.	
24.	29.11.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман тандю в х-ре кавказского танца.	
25.	03.12.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман тандю жете в х-ре белорусского танца.	
26.	06.12.	2	0.3	1.7	Комбинация флик-фляк в х-ре матросского, цыганского танца. Развитие подвижности суставов и укрепление мышц ног.	
27.	10.12.	2	0.3	1.7	Комбинация-Верёвочка в х-ре украинского танца. Знакомство с танцевальной культурой Турции. Изучение корпуса в танце «Халай»	
28.	13.12.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман	

					фондю в х-ре русского танца. Подготовка к аттестационному уроку.	
29.	19.12.	2	0.2	1.8	Комбинация Батман фраппе в х-ре цыганского танца. Повторение и закрепление пройденного материала.	
30.	24.12.	2	0.1	1.9	Аттестационный урок	
31.	27.12.	2	0.3	1.7	Девелопе в х-ре русского танца. Музыкальная импровизация- «Новый год».	
32.	09.01.	2	0.2	1.8	Комбинация Гран батман жете в х-ре русского танца.	
33.	14.01.	2	0.2	1.8	Комбинация Рон де жамб партер в х-ре цыганского танца.	
34.	16.01.	2	0.3	1.7	Комбинация- Верёвочка. Изучение положение головы в танце «Халай».	
35.	23.01.	2	0.2	1.8	Дроби. Упражнения для развития и укрепления мышц рук.	
36.	28.01.	2	0.2	1.8	Комбинация- Моталочка Положение рук и ног в танце «Халай».	
37.	31.01.	2	0.2	1.8	Па де баск в х-ре русского танца.	
38.	04.02.	2	0.1	1.9	Хлопушки. Маховые	

					упражнения.	
39.	07.02.	2	0.1	1.9	Присядки. Основные ходы в танце «Халай»	
40.	13.02.	2	0.1	1.9	Шаги и элементы Русского танца. Упражнения для укрепления спины.	
41.	18.02.	2	0.2	1.8	Шаги и элементы украинского танца. Основные движения рук в танце «Халай»	
42.	25.02.	2	0.1	1.9	Шаги и элементы белорусского танца. Коррекция осанки.	
43.	27.02.	2	0.1	1.9	Шаги и элементы матросского танца. Основные движения ног в танце «Халай».	
44.	03.03.	2	0.2	1.8	Шаги и элементы танца «Лезгинка». Растяжка. Рисунки танца «Халай.»	
45.	05.03.	2	0.2	1.8	Прыжки. Развитие подвижности суставов и укрепления мышц ног. Разучивание комбинаций в танце «Халай».	
46.	10.03.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере узбекского танца «Тановар». Упражнения для позвоночника.	
47.	13.03.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере	

					узбекского танца «Тановар». Разучивание комбинаций в танце «Халай».	
48.	17.03	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере узбекского танца «Тановар». Разучивание комбинаций в танце «Халай».	
49.	20.03.	2	0.1	1.9	Закрепление танцевального этюда узбекского танца «Тановар». Гибкость. Постановка танца «Халай».	
50.	24.03.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере русского танца «Барыня».	
51.	27.03.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере русского танца «Барыня» Постановка танца «Халай»	
52.	31.03.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в характере русского танца «Барыня» Отработка танца «Халай».	
53.	02.04.	2	0.1	1.9	Закрепление танцевального этюда в характере русского танца «Барыня». Закрепление изученного танца «Халай».	

54.	07.04.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в х-ре белорусского танца «Крыжачок», «Лявониха».	
55.	14.04.	2	0.2	1.8	Разучивание танцевального этюда в х-ре белорусского танца «Крыжачок», «Лявониха».	
56.	16.04	2	0.1	1.9	Закрепление и отработка изученного. Закрепление изученного танца «Халай».	
57.	17.04.	2	0.4	1.6	Изучение танцевального этюда в х-ре матросского танца «Яблочко». Знакомство с танцевальной культурой Египта. Особенности исполнения танца «Саиди».	
58.	21.04	2	0.3	1.7	Изучение танцевального этюда в х-ре матросского танца «Яблочко». Изучение основных положений головы в танце «Саиди».	
59.	23.04.	2	0.2	1.8	Изучение танцевального этюда в х-ре матросского танца «Яблочко». Закрепление изученного материала для танца «Саиди»	
60.	24.04.	2	0.2	1.8	Закрепление изученного	

					материала. Внеклассное мероприятие «Победа за нами». Изучение и закрепление ходов в танце «Саиди».	
61.	28.04.	2	0.3	1.7	Танцевальный этюд в х-ре танца Лезгинка. Изучение и закрепление техники владения тростью.	
62.	05.05.	2	0.3	1.7	Танцевальный этюд в х-ре танца Лезгинка. Упражнения вращательного балансировочного движения тростью в танце «Саиди».	
63.	08.05.	2	0.2	1.8	Закрепление изученного материала. Музыкальная импровизация. Отработка движений танца «Саиди».	
64.	12.05.	2	0.4	1.6	Разучивание танцевального этюда в украинском танце «Гопак». Упражнения для развития выворотности. Закрепление. Использование аксессуаров в танце «Саиди». Постановка танца.	
65.	14.05.	2	0.3	1.7	Разучивание танцевального этюда в украинском танце	

					«Гопак». Повторение изученного. Постановка танца «Саиди».	
66.	15.05.	2	0.3	1.7	Разучивание танцевального этюда в украинском танце «Гопак». Музыкальная импровизация. Отработка и закрепление всех движений и рисунков в танце « Саиди».	
67.	19.05.	2	0.2	1.8	Повторение и закрепление изученного экзерсиса у станка в народном характере. Упражнения для улучшения осанки. Развития подвижности.	
68.	21.05.	2	0.2	1.8	Повторение и закрепление изученного экзерсиса у станка в классическом танце. отработка и закрепление всех движений в танце «Саиди».	
69.	22.05.	2	0.2	1.8	Закрепление пройденного материала. Музыкальная импровизация.	
70.	26.05.	2	0.1	1.9	Подготовка к итоговой аттестации.	
71.	28.05.	2	0.2	1.8	Закрепление и отработка всех	

					пройденных материалов.	
72	29.05	2	0.1	1.9	Контрольный урок. Итоговая аттестация.	