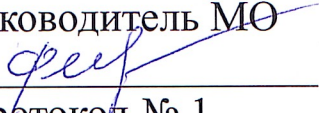

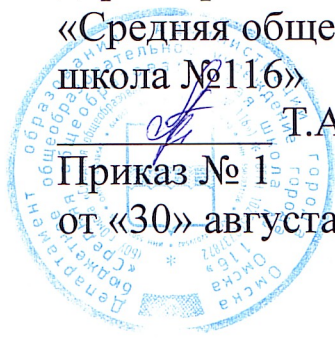


БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА ОМСКА  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №116»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
руководитель МО  
  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
директор БОУ г. Омска  
«Средняя общеобразовательная  
школа №116»  
  
Т.А. Цыпышева  
Приказ № 1  
от «30» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Хореографический коллектив «Калейдоскоп»

Уровень образования: начальное общее образование

Для 1-11 классов

Срок реализации программы: 4 года

Учитель: Кабанова Т. В.

Омск 2024 год

**Пояснительная записка:** Танец является одним из древнейших видов народного творчества. Посредством танца народ передавал свои мысли, чувства, характер, настроение, отношение к жизни. Вся история танца того или иного народа была связана с его бытом, обычаями, культурой, традициями, образом жизни, географическим расположением.

В нем отражается современное понимание действительности средствами издавна сложившегося танцевального языка, доступного, понятного народу, любимого им. Выразительные средства развиваются в соответствии с изменениями, происходящими в жизни.

### **Направленность:**

Образовательная программа направлена на вооружение школьников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей, общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.

Рабочая программа по хореографии для 1-11 классов составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон от 01.12.2007 №309 (ред. от 23.07.2013) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;

- Приказ Минобрнауки России от 05.03.2004 №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413».

## Сетка часов учебного плана по классам:

Классы	Количество часов в неделю
1-7	9
8-11	9

### Актуальность программы:

Актуальность программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть, широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося.

### Педагогическая целесообразность:

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

### Цель:

Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии.

С помощью искусства танца приобщить учащихся к миру прекрасного, развитие их художественного вкуса.

### Задачи:

в воспитании: формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе; формирование потребности здорового образа жизни; воспитание патриотизма;

в развитии: развитие физических данных ребенка, улучшение координации движений; развитие у детей музыкально-ритмических навыков; развитие у детей активности и самостоятельности общения; создание базы для творческого мышления детей средствами хореографии;

в образовании: обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля; обучение детей приемам актерского мастерства; обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии.

## **Характеристика программы:**

- Программа по целям обучения является – развивающая художественную одаренность в области хореографического искусства;
- - по характеру деятельности – деятельностно-творческая;
- - по уровню освоения – специализированная;
- - по возрасту – разновозрастная;
- - по уровню реализации – начального, основного, среднего;
- - по сроку реализации – 4 года.

**Тип программы** – модифицированная.

### **Ожидаемые результаты:**

**Знать:** терминологию классического, народно-сценического, современного танца метроритмические раскладки исполнения движения, особенности и традиции изучаемых народностей.

**Владеть:** культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения.

**Уметь:** выполнять классический и народный экзерсис, передавать в движении сложные ритмические рисунки танца, исполнять технически сложные движения вращения, дроби

### **Модель выпускника хореографического коллектива**

1. Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».
7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развит танцевальный, художественный вкус.

### **Формы оценки качества реализации программы.**

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год. Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль. Ежегодно танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе

педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей. Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

### **Программа включает в себя:**

- разнообразие видов хореографической деятельности;
- ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самобытность;
- сплочение обучаемых в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и четко воспринимать учебный процесс, его приемы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя;
- развитие и сохранение деятельности в коллективе, превалирование групповых интересов над личными, уважение к личности каждого;
- воспитание патриотизма, здорового образа жизни;

Программа содержит разделы: теоретического и практического характера. Теоретическая часть посвящена азбуки музыкального движения, истории развития хореографии. Практическая часть программы охватывает необходимый комплекс движений классического танца, народного танца и эстрадного с тем, чтобы в дальнейшем применять эти комбинации в поставленных танцах. Программа представлена по годам обучения, в течение которых ученики усваивают определенный минимум умений, знаний, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. Организационная работа.
2. Учебно-тренировочная работа.
3. Учебно-творческая работа( постановочная, репетиционная работа).
4. Диагностика
5. Концертная деятельность.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются. На одном занятии выполняются тренировочные упражнения, и осуществляется постановочная работа.

Организационная работа строится с учетом цели и задач, содержание и формы работы. Она заключается в составлении расписания занятий, выбора танцевального репертуара, обсуждение эскизов костюмов, прослушивание музыкального материала, беседы с родителями о целях и задачах, о перспективном плане коллектива, предстоящих выступлениях и поездках, часы общения.

Учебно-тренировочная работа:

1. азбука музыкального движения;
2. тренаж из элементов классического танца;
3. тренаж из элементов народного танца;
4. тренаж из элементов историко-бытовых, бальных танцев;
5. тренаж из элементов современного танца;

Учебно-творческая работа

(постановочная, репетиционная работа).

Диагностика - выявление творческого потенциала воспитанников посредством входной диагностики (анкетирование, тестирование, беседы, наблюдения);

Концертная деятельность.

Познания основ классического танца является базой фундамента для более успешного освоения народного и эстрадного танца. В процессии постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, творческие способности.

Программа в основе своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения, но с учетом цели обучения, специфики хореографического коллектива в сельской местности, где состав учащихся разнороден по способностям.

**Первый год обучения.**

(1-2 класс)

Два раза в неделю по 1,5 часа.

### **1. Организационная работа**

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Работа с родителями.
6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

### **2. Учебно-тренировочная работа.**

#### **1. Азбука музыкального движения:**

Мелодия и движение.

Темп ( быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

быстрая- медленная, веселая- грустная.

Такт и затакт.

#### **2. Танцевально-ритмическая гимнастика.**

*Экзерсис на середине:*

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

*Партнерная гимнастика:*

- «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
- «Карандаши» (упражнения для силы ног)
- «Угольки» (упражнения для стоп)
- «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника)
- «колечко» (упражнения для позвоночника)
- «самолетики» (упражнения для мышц спины)
- «березка» (стойка на лопатках)

### **3.Тренаж из элементов классического танца. Азбука хореографии.**

*Экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2;3,6
  
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battment tandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)
- ^ *Kross( упражнения по диагонали)*
- танцевальный шаг
- танцевальный бег
- боковой галоп
- махи вперед, в стороны
- «ножницы»
- «колесо»
- подскоки
- Grand jete

### **3.Тренаж из элементов народного танца.**

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки,
- двух рук,
- поочередные раскрывания рук,
- переводы рук в различные положения.

Поклоны:

- на месте без рук и с руками,
- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

Притопы:

- одинарные,
- тройные.

Перетопы тройные.

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:



- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперёд и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперёд и назад

«Девичий ход» с переступаниями

« Припадание»:

- простое

«Гармошка».

«Ёлочка».

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

#### **4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.**

Полька : шассе, галоп в паре , па польки,

Балансе вперед , назад ,в сторону.

#### **3.Учебно-творческая работа. (постановочная, репетиционная работа).**

#### **4.Диагностика**

#### **5.Концертная деятельность**

**Второй год обучения.**

**( 3-5 класс)**

**3 раза в неделю по 2 часа.**

**1. Организационная работа:**

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
6. Работа с родителями.

**2. Учебно-тренировочная работа:**

**1.Тренаж из элементов классического танца**

*экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2,3,4, и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- изучение понятия «поза»; Приступать к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса.

*Экзерсис у палки:*

В начале года лицом к палке, в конце – боком.

1. battement tendu в сторону, 1 п.н.
2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.
4. Demi-plie 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
5. demi – rond de jambe par terre.
6. Passe par terre.
7. battement tendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.
8. положение ноги на sou-de-pied.
9. battement tendu jete из 1 и 5 позиции
  - в сторону
  - вперед
  - назад.
10. battement frappe вперед на 45 на один такт 2/4  
battement frappe назад на 1/4 такта.
11. Releve подъем на полупальцы.
12. Petit battement на sou-de-pied.
13. Grand plie .
14. battement fondu – в сторону, вперед, назад на 45.
15. battement releve lend на 45 – в сторону, вперед, назад.
16. Grand battement jete в сторону, вперед, назад.
17. Port de bras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**2.Тренаж из народного танца:**

### Упражнение у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.

2. Подготовка к началу движения (preparation):

- движение руки,

- движение руки и координации с движением ноги.

3. **Demi-plie** ( приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям) музыкальный размер 3/4, 4/4. **Grand plie** (глубокое приседание).

Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

4. **Battements tendus** . Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

- с Demi-plie в исходной позиции.

5. **Battements tendus jetes** (маленькие броски) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с полуприседанием на опорной ноге,

- с двойными бросками.

6. **Подготовка к «веревочке»** (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в открытом положении на всей стопе,

- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и полупальцах.

7. **Battements developpes** (развертывание работающей ноги на 45° ) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).

8. **Flic-flac** ( мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе) музыкальный размер 2/4, 4/4:

- в прямом положении вперед одной ногой,

- двумя ногами поочередно.

9. Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):

- из 1-й прямой позиции,

- с шага, лицом к станку.

10. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

11. **Grand battement jete** (большие броски) по всем позициям.

### Элементы русского народного танца

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).

2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и 4-ю и 5-ю позиции.

3. Бытовой шаг с притопом.

4. «Шаркающий шаг»:

- каблуком по полу,

- полупальцами по полу.

5. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.

6. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад.

7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

8. «Веревочка»:- простая

- с двойным ударом полупальцами,

- простая с поочередными переступаниями,

- двойная с поочередными переступаниями.

9. «Ковырялочка» с подскоками.

10. «Ключ» простой на подскоках.

11. Дробные движения:

- простая дробь на месте,

- тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,

- простая дробь полупальцами на месте,

- дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

12. Вращения:

- на середине зала (с припаданием, тур по 6 поз)

- по диагонали (шене, бегунец)

#### **4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.**

Полька : шассе, галоп в паре , па польки,

Балансе вперед , назад ,в сторону.

Рок – эн – ролл – основное движение,

Разрыв,

Связка,

перемена мест,

сплил – поворот,

“хлыст”

„кики”

#### **3.Учебно-творческая работа.**

*(постановочная, репетиционная работа).*

Знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку.

#### **4. Диагностика**

#### **5.Концертная деятельность**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

**Третий год обучения.**

**( 5-7 класс)**

**3 раза в неделю по 2 часа.**

## **2. Организационная работа:**

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
6. Работа с родителями.

## **2. Учебно-тренировочная работа:**

### **1.Тренаж из элементов классического танца**

- Demi plie с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке. Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.
- battement tendu, battment tendu jete с добавлением por le pied (double battment tendu).
- Petit battement на cou-de-pied.
- Rond de jamb parterre в соединение с grand rondom на 90.
- Rond de jamb an leir – на всей стопе.
- Battement tendu на 45.
- Battement frappe.
- Battement develope passe на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90.
- Grand Battement jete с добавлением основных поз классического танца ecorsee , croisee , efforcee.

### **2.Тренаж из народного танца:**

#### **Экзерсис у станка**

1. **Demi end grand plies** (приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой).
2. **Battements tendus** (скольжение стопой по полу, с одновременным опусканием с пальцев на всю стопу опорной ноги).
3. **Battements tendus jetes** (маленькие броски):
  - с двумя ударами стопой работающей ноги 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,

- с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,

- сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.

4. **Rond de jambe end rond de pied** (круговые скольжения по полу):

- одинарные,

- двойные.

5. **Pas tortille** (повороты стопы из открытого в закрытое):

- одинарные,

- двойные.

6. **Battements fondues** (полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° (Battements fondues):

- на всей стопе,

- с подъемом ноги на полупальцы.

7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

8. **Battements developpe на 90°** (развертывание ноги) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.

9. **Flic-flac** (подготовка к «чечетке»), в открытом положении вперед, в сторону и назад.

10. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.

11. Повороты:

- плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (Soutenu en tournant),

- поворот на одной ноге внутрь и наружу (Pirouette en dedan en dehors) с другой, согнутой в колене.

12. Подготовка к «качалке» и «качалка».

13. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (zapateado).

14. Растяжка из 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.

15. **Grands battements** (большие броски) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
- с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

16. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.

17. Маленькие «голубцы» лицом к станку.

18. Присядки:

- на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по 1-й свободной позиции, открывая ноги в стороны,
- «Мяч» лицом к станку.

19. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

## **РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 2/4, 4/4).**

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
6. Дробь на «три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
  - с задеванием пола каблуком,
  - с акцентом на всю стопу,
  - с задеванием пола полупальцами,
  - с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
9. «Маятник» в прямом положении.
10. Основной русский ход (академический).



### 11. Подбивка «Голубец»:

- на месте,
- с двумя переступаниями.

### 12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

### 13. Вращения:

- на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
- с движением «моталочки» с откидыванием ног назад.
- на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз)

## 3.Элементы современного танца:

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений.

Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

#### - **Модерн-джаз танец:**

*Особенность*- достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

- Изучение основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни;*

Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.
- Press-position
- 1, 2, 3; Jerk position
- Положения: jazz hand,

Позиции ног:

- 1,2,3,4,5
- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- Kick (пинок)
- Flat back
- Deep body bend
- side stretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
- Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
- Шаги в мадерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)

- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

### **3. Учебно-творческая работа.**

***(постановочная, репетиционная работа).***

Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку. Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

### **4. Диагностика**

### **5. Концертная деятельность**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

( 8-11 класс)

3 раза в неделю по 2 часа.

### **1. Организационная работа**

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Работа с родителями.
6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
7. Моделирование и пошив костюмов

### **2. Учебно-тренировочная работа:**

#### **1.Тренаж из элементов классического танца**

*Экзерсис у палки.*

К изученному у станка добавляются туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).

Упражнения в Epaulement. Attitude.

Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.

Pas de bourre.

Allegro.

Double assemble.

Sissonne fermee.

Pas glissade.

*Экзерсис на середине зала:*

Позы классического танца на 90 градусов. Основные большие позы классического танца исполняют подъемом ноги на 90 градусов.

Для правильного усвоения поз их изучают на середине зала, где их построение более точно, чем у палки.

Croisee на 90.

Ecortee на 90.

#### **2.Тренаж из народного танца:**

##### **Упражнения у станка:**

1. **Demi end grand plies** по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.

2. **Battements tendus:**

- с поворотом ноги в закрытое положение в сторону,

- с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.

3. **Battements tendus jetes** сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.

4. **Rond de jambe:**

- ребром каблука около опорной ноги,

- носком или ребром каблука по полу, в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.

5. **Battements fondues:**

- на всей стопе,

- с подниманием на полупальцы,

- с наклоном корпуса в координации с движением руки.

6. Подготовка к «веревочке»:

- в открытом положении,

- с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

7. **Battements developpes на 90°** с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:

- плавное,

- резкое в координации с движением руки.

8. **Flic-flacc** двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:

- в прямом положении,

- в открытом положении вперед, в сторону и назад.

9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):

- в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой,

- в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.

10. **Grand battements jete:**

- с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balancoirs).

11. «Голубец»:

- в сторону на 45° в прямом положении лицом к станку,
- в сторону на 90° в прямом положении лицом к станку.

## РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

(музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы (pas bourgee).
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Ключ» хлопучечный.
5. «Маятник» в поперечном движении.
6. «Голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
7. «Веревочка»:
  - простая и двойная с перетопами,
  - простая и двойная с «ковырялочкой»,
  - простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке спереди или сзади,
  - простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,
  - простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360° в приседании на полупальцах.
8. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
9. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
10. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

### 3.Элементы современного танца

Продолжаем знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

#### - **Модерн-джаз танец:**

- закрепление основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни;*
- Praise, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;
- Kick (пинок)

- Flat back
- Deep body bend
- side stretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
- Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk
- Шаги в мадерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Вращения:

- Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.
- Top chaine
- Повороты на одной ноге
- Повороты по кругу вокруг воображаемой оси
- Повороты на различных уровнях
- Комбинации или импровизация:
- Комбинации в партере
- комбинации на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

### **3. Учебно-творческая работа.**

**(постановочная, репетиционная работа).**

Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии. Зарисовка схем и рисунков на заданную музыкальную тему. Знакомство с костюмами, и их значение в танце

### **4. Диагностика**

### **5. Концертная деятельность**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

## **Учебный план**

## 1 год обучения

Содержание и виды работы	Общее количество занятий.
<b>Организационная работа</b>	
<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	
1. Азбука музыкального движения:	
2. Танцевально-ритмическая гимнастика	
3. Тренаж из элементов классического танца.	
4. Тренаж из элементов народного танца.	
5. Тренаж историко-бытовых танцев.	
<b>Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа).</b>	
<b>Диагностика</b>	
<b>Концертная деятельность</b>	

## Учебный план

### 2 год обучения

Содержание и виды работы	Общее количество занятий
<b>Организационная работа</b>	
<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	
1. Азбука музыкального движения:	
2. Тренаж из элементов классического танца.	
3. Тренаж из элементов народного танца.	
4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.	
<b>Учебно-творческая работа (постановочная, репетиционная работа).</b>	
<b>Диагностика</b>	
<b>Концертная деятельность</b>	

## Учебный план

### 3 год обучения

Содержание и виды работы	Общее количество занятий.
<b>Организационная работа</b>	
<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	
1.Тренаж из элементов классического танца.	
2. Тренаж из элементов народного танца.	
3.Элементы современного танца	
<b>Учебно-творческая работа</b> ( постановочная, репетиционная работа).	
<b>Диагностика</b>	
<b>Концертная деятельность</b>	

### Учебный план

#### 4 год обучения

Содержание и виды работы	Общее количество занятий.
<b>Организационная работа</b>	
<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	
1.Тренаж из элементов классического танца.	
2. Тренаж из элементов народного танца.	
3.Элементы современного танца	
<b>Учебно-творческая работа</b> ( постановочная, репетиционная работа).	
<b>Диагностика</b>	
<b>Концертная деятельность</b>	



## **Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.**

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения:

гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

**Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:**

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### **Приемы:**

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

### **Техническое и дидактическое обеспечение занятий.**

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

### **Литература**

1. Богаткова Л. Хоровод друзей.- М., 1957.

2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств- М.: Гу-манит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 208 с: ил.: ноты
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнение у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 208 с: ил.: ноты.
4. А.Я.Вагановой «основы классического танца»
5. Колдницкий Г.Л. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов.- М.: Гном-Пресс, 2000- 64 с.
6. Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.
7. Народные танцы. Издательство ВЦСПС ,1954г.
- 8..ПуртоваТ.В.,БеликоваА.Н. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования, — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 256 с.
9. Пасютинская В. Волшебный мир танца. М., 1985г.
10. Приглашаем танцевать. Сборник популярных бальных танцев. Сост. В. Кудряков. М., 1982.
11. Ритмика и танец :Программа спецкурса для учащихся 5-7 классов. Сост. Т. Е. Авинская, Ю.Д. Чурилов,- Ставрополь,1995.
12. Ритмика и танец :Программа спецкурса для учащихся 1-3 классов. Сост. Т. Е. Авинская, Ю.Д. Чурилов,- Ставрополь,1995.
13. Ротерс Т. Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие для учащихся пед. уч-щ по спец. № 1910 «Физ. культура».— М.: Просвещение, 1989.— 175 с.
14. Русские кадрили- М.,1956.
15. Фольклор - музыка - театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-метод. пособие / Под ред. СИ.Мерзляковой. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 216 с: (Воспитание и доп. образование детей).
- 16.. Фирилева Ж., Сайкина Е. Книга: СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений Издательство: Детство-Пресс

17. Учебно-методическое пособие Е.В. ГОРШКОВОЙ «О «говорящих движениях и чудесных превращениях» и методической копилки

18. Е.В. ГОРШКОВОЙ « От жеста к танцу».

## **РАСПИСАНИЕ**

**хореографического коллектива «Калейдоскоп»**

<b>Классы в параллели</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Всего часов/неделю</b>	<b>Дни недели</b>	<b>Время занятий</b>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				