

Дополнительная общеобразовательная программа
хореографического коллектива «Созвездие»
(художественная направленность)
для 5-10 классов

Раздел I

Пояснительная записка

1.1. Направленность программы

В рамках программы реализуется художественная направленность воспитательной деятельности.

Искусство хореографии вносит определенный вклад в художественно-эстетическое воспитание детей. Занятия танцами учат красоте и выразительности движений, формируют правильную осанку, развивают музыкальность и чувство ритма. Хореография оказывает комплексное воспитательное влияние на физическую и духовную культуру человека. Скромностью, вежливостью, чувством меры обладает не каждый взрослый человек. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека, особенно ребенка, обучает правил поведения, хорошим манерам, культуре общения между людьми. Занятия танцем помогают воспитывать волевые качества и характер человека.

Танец — это источник эстетического удовлетворения. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радует точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные движения и па.

В танцевальном искусстве красота и совершенство форм неразрывно связано с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. С помощью классического танца, мы можем обеспечить такие условия для человеческой деятельности, которые помогают

раскрыть ребенку его творческий потенциал и нравственные возможности личности.

1.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы.

Новизна состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

1.3. Цели и задачи программы:

Цель — развитие творческих способностей обучающихся, формирование и совершенствование коммуникативной компетентности, организация культурного досуга школьников.

Задачи:

Образовательные задачи:

- обучить детей основам хореографии.
- сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений.
- обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник

Воспитательные задачи:

- воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.
- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству разных народов;
- сплотить коллектив, строить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы.

Развивающие задачи:

- развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

1.4. Отличительные особенности программы

Настоящая программа является адаптированной к условиям работы в рамках общеобразовательного учреждения. Образовательная программа по хореографии составлена на основе следующих авторских программ, нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

1. «Классический танец» автор Певхенен Э.Н, Челябинск 1991г.
2. «Историко-бытовой и современный бальный танец» составитель Бахто С.Е, Москва 1983г.
3. «Народно-сценический танец» автор Борзов А.А, Москва 1987г.
4. «Программа воспитания творческой личности средствами хореографии» авторы Нарская Т.Б, Ивлева Л.Д, Челябинск 1990г.

1.5. Возраст детей, участвующих в реализации программы:

В группы зачисляются обучающиеся в возрасте от 8 до 16 лет, желающие заниматься хореографией.

1.6. Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на ежегодную реализацию

1.7. Формы и режим занятий

Форма проведения учебно-тренировочных занятий: теоретическое, практическое, комбинированное.

1.8. Ожидаемые результаты реализации программы и способы их проверки

Данная программа направлена на воспитание коммуникативной культуры и формирование у школьников навыков сотрудничества со сверстниками и в разновозрастной среде, которые являются основой дальнейшего успешного образования и ориентации в мире профессий.

Учащиеся должны знать:

- Как правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык легкого шага с носка на пятку.
- Приобрести пластику.
- Знать позиции ног и рук классического танца.
- Знать правила постановки ног у станка (при выворотной опоре)

Учащиеся должны уметь:

- Уметь чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного) и уметь передать его в шаге.
- Уметь исполнить переменный шаг.

Формы подведения итогов реализации программы

Формы и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса: выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития;

Диагностика результатов проводится в виде концертов, открытых уроков.

1.9. Форма организации работы хореографического коллектива

- форма реализации программы: очная.

- формы организации обучающихся на учебных занятиях: групповая.

Хореографический коллектив «Созвездие» является постоянно действующим творческим объединением школы, основанным на внеурочной деятельности, в которую включаются ученики 2-8 классов. В коллективе действуют две группы: младшая (2-4 классы) и старшая (5-8 классы), которые тесно взаимодействуют между собой в процессе подготовки и проведения культурных мероприятий в образовательной организации: общешкольных вечеров, концертов, утренников для младших классов. Занятия проводятся ежедневно.

Раздел II

Учебно-тематический план 1 года обучения для младшей группы (8-11 лет).

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	Учебно-тренировочная работа			
1	Партерный экзерсис	58	8	50
2	Беседы об искусстве	35	35	
3	Элементы классического танца	58	4	54
4	Элементы народно-сценического танца	58	4	54
5	Элементы эстрадного танца	58	4	54
	Итого	267	55	212

Раздел III

Содержание программы

Содержание для младшей возрастной группы (8-11 лет)

I. Вводное занятие (2 часа).

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

II. Партерный экзерсис (58 часов).

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, магнитофон, диски (детские мелодии).

III. Элементы классического танца (58 часов).

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала: Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног – по 1,2,3-й. Позиции

рук - подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем дер жась одной рукой, тоя боком к станку.

Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, беда, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад.

Положение ноги, сюр ле ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

IV. Элементы народно-сценического танца (58 часов).

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Содержание материала: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности на родных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

При падение на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные

удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими пере ступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

V. Элементы эстрадного танца (58 часов).

Цель: Познакомить детей с особенностями танцевальных стилей, с движениями этих танцев.

Содержание материала: Теория. Особенности эстрадного танца.

Практические занятия.

Позиции рук. (показ учителя). Простейшие композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

VI. Беседы об искусстве (35 часов).

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов Посещение концертов

Учебно-тематический план для старшей возрастной группы (12-16 лет).

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	Учебно-тренировочная работа			

1.	Историко-бытовой танец	58	2	56
2.	Беседы об искусстве	35	35	
3.	Элементы классического танца	58	2	56
4.	Элементы народно-сценического танца	58	2	56
5.	Элементы эстрадного танца	58	2	56
	Итого	267	43	224

Содержание программы

Содержание для старшей возрастной группы (12-16 лет).

I. Вводное занятие (2 часа).

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

II. Историко-бытовой танец

Развиваясь на основе народного, историко-бытовой танец несет в себе стиль и манеру исполнения танцев прошлого, являясь средством сценической выразительности, художественно-образной характеристики различных исторических эпох.

III. Элементы классического танца (58 часов).

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала: Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (в вы воротной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - по 1,2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, тоя боком к станку.

Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад.

Положение ноги, сюр ле ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки)

IV. Элементы народно-сценического танца (58 часов).

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Содержание материала: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности на родных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадании, затем опять подняться на полупальцы. То же с

продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими пере ступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

V. Элементы эстрадного танца (58 часа).

Цель: Познакомить детей с особенностями танцевальных стилей, с движениями этих танцев.

Содержание материала: Теория. Особенности эстрадного танца.

Практические занятия.

Позиции рук. Простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

VI. Беседы об искусстве (35 часов).

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов Посещение концертов.

Раздел IV

Методическое обеспечение программы

Список литературы:

1. Алексидзе, Г.Д. Школа балетмейстера [Текст]: учебное пособие / Г.Д. Алексидзе. – М.: Российская академия театрального искусства – ГИТИЗ, 2011. – 104 с.
2. Анисимов, В.В. Общие основы педагогики [Текст]: учеб. для ВУЗов / В.В. Анисимов, О.Г. Грохольская, Н.Д. Никандров. – М.: Просвещение, 2006. – 574 с.
3. Баглай, В.Е. Этническая хореография народов мира [Текст]: учеб. пособие / В.Е. Баглай. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 405, [1] с.: ил. – (Высшее образование).
4. Балет: энциклопедия. [Текст] / Гл. ред. Ю.Н. Григорович. – М.: Советская энциклопедия, 1981. – 623 стр. с илл.
5. Бахрушин, Ю.А. История русского балета [Текст] / Ю.А. Бахрушин - Санкт-Петербург, 2009. – 336 с.
6. Вашкевич, Н.Н. История хореографии всех веков и народов [Текст] / Н.Н. Вашкевич – Санкт-Петербург, 2009 – 192 с.
7. Власенко, Г.Я. Танцы народов Поволжья [Текст] / Г.Я. Власенко. – Самара: Издательство «Самарский университет», 1992. – 193 с.
8. Гавликовский, Н.Л. Руководство для изучения танцев [Текст]: учебное пособие. — Электрон. дан. — СПб: Лань, Планета музыки, 2010. — 255 с.
9. Гачев, Г.Д. Наука и национальные культуры [Текст] / Г.Д. Гачев. – Ростов н/Д.: Изд-во Ростовского университета, 2009. – 320 с.
10. Генслер, И.Г. Методика преподавания характерного танца. [Текст] Учебное пособие. 3-е изд. / И.Г. Генслер. - СПб: Академия Русского балета имени А.Я. Вагановой, 2014. - 161 с.
11. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала [Текст]: Учеб. пособие для студ.

Вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.: ил.: ноты.

12. Захаров, Р.В. Слово о танце [Текст]/ Р.В. Захаров. – М.: «Молодая гвардия», 1977. - 160 с.

13. Зощенко, В.Е. Музыкальное сопровождение урока народного танца [Электронный ресурс] : учебное пособие. — Электрон. дан. — СПб: Лань, Планета музыки, 2016. — 72 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=71779 — Загл. с экрана.

14. Ивашнев, В. Ростислав Захаров. Жизнь в танце [Текст] / В. Ивашнев, К. Ильина. – М.: Сов.Россия, 1982. – 240 с.

15. Илупина, Э.А. Выразительные средства танцевальных произведений военных ансамблей. Семь конкурсных дней [Текст] / А. Илупина., Е. Луцкая // - Сов. эстрада и цирк – 1967. № 5 – С. 8

16. Клименко, Н.А. Особенности танцевального фольклора Центрального Черноземья // Интеграционные процессы в хореографическом образовании: опыт, проблемы, перспективы: Мат-лы и статьи межвуз. научно-практ. конф. / отв. ред. Н.А. Клименко. – Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2003. – С. 107-119

17. Худеков, С.Н. История танца всех времен и народов [Текст] / С.Н. Худеков.- СПб., ч. 2, 1914. – 340 с.

18. Чудновский, М.А. Ансамбль Игоря Моисеева [Текст] / М.А. Чудновский – М.: Знание, 1959 – 32 с.

19. Шереметьевская, Н. Танец на эстраде [Текст] / Н. Шереметьевская. – Москва, 2006. – 277 с.

Календарно-тематический план младшей возрастной группы (8-11 лет)

№ п/п	Темы	Количество часов
1	Вводное занятие	2
1.1	Правила поведения на занятиях хореографией и инструктаж по технике безопасности	2
2	Партерный экзерсиз	58
2.1	Вводный урок. Упражнения на выворотность. Изучение позиций ног.	2
2.2	Упражнение на гибкость (складочка, наклоны в сторону)	2
2.3	Изучение позиций рук и ног, положение корпуса	2
2.4	Упражнение на верхнюю выворотность	2
2.5	Изучение упражнений на растяжку. Шпагат	2
2.6	Силовые упражнения на укрепление мышц живота	2
2.7	Упражнения для укрепления мышц спины	2
2.8	Упражнения, развивающие подвижность стоп ног	2
2.9	Маленькие броски на 45 градусов. Упражнения на укрепление внутренних мышц ног	2
2.10	Упражнения, развивающие гибкость тела	2
2.11	Изучение упражнений для спины (берёзка, лодочка, корзинка)	2
2.12	Упражнения, развивающие подъём ноги. Танцевальный шаг	2

2.13	Силовые упражнения для мышц: рук, ног, живота (отжимания, приседания, скручивание)	2
3	Элементы классического танца	58
3.1	Вводный урок. Изучение позиций рук, ног. Положение корпуса в классическом танце.	2
3.2	Упражнения лицом к станку на устойчивость в позициях	2
3.3	Осанка и апломб в классическом танце	2
3.4	Plié и battmanet tendu как основные движения классического танца	2
3.5	Упражнения на середине зала: сценический бег, сценический шаг	2
3.6	Пластика и гибкость в классическом танце	2
3.7	Упражнения на ориентирование в пространстве	2
3.8	Allegro	2
3.9	Cote по 1, 2, 5 позициям	2
3.10	Изучение основных элементов экзерсиза у станка	2
3.11	Основные позы в классическом танце	2
3.12	Вращение по диагонали	2
3.13	Изучение основных элементов экзерсиза у станка	2
4	Элементы народно-сценического танца	58
4.1	Беседа-диалог об истории появления и значимости народного танца	2
4.2	Знакомство с основами русского народного танца: положения головы, рук, корпуса и ног	2
4.3	Знакомство с характерными положениями рук в парном русском народном танце	2

4.4	Изучение рисунков хороводов, специфики их построения	2
4.5	Разучивание основных шагов и переходов русского народного танца	2
4.6	Разучивание элементов русского танца: дробная дорожка, «моталочка», «маятник»	2
4.7	Работа в парах в характере русского народного танца	2
4.8	Разучивание этюда на тему русского народного танца	2
4.9	Отработка синхронности исполнения изученного этюда	2
4.10	Изучение правил поведения за кулисами	2
4.11	Изучение пространства сцены	2
4.12	Проведение тренингов: эмоции, как одна из основных составляющих танцевальной композиции	2
5	Элементы эстрадного танца	58
5.1	Вводный урок	2
5.2	Современный танец как вид хореографического искусства	2
5.3	История развития эстрадного танца	2
5.4	Эстрадный танец как самостоятельный вид искусства	2
5.5	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции	2
5.6	Передвижение в пространстве исполнителей	2
5.7	Разучивание танцевальной композиции: «Блеск»	2
5.8	Изолированные движения различных частей	2

	тела	
5.9	Упражнения в партере	2
5.10	Отработка устойчивости и развития подъёма стопы	2
5.11	Отработка выученных элементов	2
5.12	Изучение вращений в позах	2
5.13	Изучение передвижения. Шаги и прыжки	2
6	Беседы об искусстве	35
6.1	Вводный урок	1
6.2	Виды хореографического искусства	1
6.3	Формы балетного спектакля	1
6.4	Танец в культуре древних цивилизаций	1
6.5	Народные истоки русского балета	1
6.6	Возникновение и развитие русского народного танца. Его особенности	1
6.7	История создания балетной школы России	1
6.8	Народно-сценический танец на профессиональной сцене	1
6.9	ГААНТ им. Моисеева - эталон народного танца	1
6.10	Академический ансамбль русского танца «Берёзка»	1
6.11	Возникновение и становление балетного театра в России	1
6.12	Хореографическая эпоха просвещения: Новвер, Доберваль	1
6.13	Ансамбли песни и пляски вооруженных сил России и их значение в культуре	1
	Итого:	269

Календарно-тематический план старшей возрастной группы (12-16 лет)

№ п/п	Темы	Количество часов
1	Вводное занятие	2
1.1	Правила поведения на занятиях хореографией и инструктаж по технике безопасности	2
2	Историко-бытовой танец	58
2.1	Вводный урок. Историко- бытовой танец как вид хореографического искусства	2
2.2	Характеристика различных видов бальных танцев	2
2.3	Бытовые танцы ставшие историческими	2
2.4	Изучение бального танца «полонез»	2
2.5	Особенность исполнения исторических танцев	2
2.6	Основные позы, фигуры исторических танцев	2
2.7	Движение из плавных глиссирующих шагов	2
2.8	Бал - танцевальный вечер	2
2.9	Изучение форм шоссэ. Изучение бранлей	2
2.10	Роль исторических танцев в наше время	2
2.11	Балы и танцевальные вечера во многих исторических произведениях литературы	2
2.12	Массовые исторические танцы. Вальсы, польки, мазурки	2
2.13	Вальс Алеман. Исполнение вальса втроём	2
3	Элементы классического танца	58
3.1	Вводный урок. Изучение позиций рук, ног. Положение корпуса в классическом танце.	2

3.2	Упражнения лицом к станку на устойчивость в позициях	2
3.3	Осанка и апломб в классическом танце	2
3.4	Plié и battmanet tendu как основные движения классического танца	2
3.5	Упражнения на середине зала: сценический бег, сценический шаг	2
3.6	Пластика и гибкость в классическом танце	2
3.7	Упражнения на ориентирование в пространстве	2
3.8	Allegro	2
3.9	Cote по 1, 2, 5 позициям	2
3.10	Изучение основных элементов экзерсиза у станка	2
3.11	Основные позы в классическом танце	2
3.12	Вращение по диагонали	2
3.13	Изучение основных элементов экзерсиза у станка	2
4	Элементы народно-сценического танца	58
4.1	Беседа-диалог об истории появления и значимости народного танца	2
4.2	Знакомство с основами русского народного танца: положения головы, рук, корпуса и ног	2
4.3	Знакомство с характерными положениями рук в парном русском народном танце	2
4.4	Изучение рисунков хороводов, специфики их построения	2
4.5	Разучивание основных шагов и переходов русского народного танца	2
4.6	Разучивание элементов русского танца: дробная	2

	дорожка, «моталочка», «маятник»	
4.7	Работа в парах в характере русского народного танца	2
4.8	Разучивание этюда на тему русского народного танца	2
4.9	Отработка синхронности исполнения изученного этюда	2
4.10	Изучение правил поведения за кулисами	2
4.11	Изучение пространства сцены	2
4.12	Проведение тренингов: эмоции, как одна из основных составляющих танцевальной композиции	2
5	Элементы эстрадного танца	58
5.1	Вводный урок	2
5.2	Современный танец как вид хореографического искусства	2
5.3	История развития эстрадного танца	2
5.4	Эстрадный танец как самостоятельный вид искусства	2
5.5	Работа над образами и эмоциями танцевальной композиции	2
5.6	Передвижение в пространстве исполнителей	2
5.7	Разучивание танцевальной композиции: «Блеск»	2
5.8	Изолированные движения различных частей тела	2
5.9	Упражнения в партере	2
5.10	Отработка устойчивости и развития подъёма стопы	2
5.11	Отработка выученных элементов	2

5.12	Изучение вращений в позах	2
5.13	Изучение передвижения. Шаги и прыжки	2
6	Беседы об искусстве	35
6.1	Вводный урок	1
6.2	Виды хореографического искусства	1
6.3	Формы балетного спектакля	1
6.4	Танец в культуре древних цивилизаций	1
6.5	Народные истоки русского балета	1
6.6	Возникновение и развитие русского народного танца. Его особенности	1
6.7	История создания балетной школы России	1
6.8	Народно-сценический танец на профессиональной сцене	1
6.9	ГААНТ им. Моисеева - эталон народного танца	1
6.10	Академический ансамбль русского танца «Берёзка»	1
6.11	Возникновение и становление балетного театра в России	1
6.12	Хореографическая эпоха просвещения: Новвер, Доберваль	1
6.12	Ансамбли песни и пляски вооруженных сил России и их значение в культуре	1
	Итого:	269