

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования детей
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
Методического совета
От «__» _____ 2016 г.
Протокол № _____

Утверждено:
Директор МБУ ДОД ЦДТ
«Центр детского творчества»
_____ В.В. Лаврешина
«__» _____ 2016 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Студия Флэш»**

Программу разработала:
педагог высшей квалификационной
категории Матвеева М.В.

г. Ульяновск 2016г.

Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я».

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что движение и музыка, влияя на ребенка, одновременно формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. 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.

Новизна данной программы заключается в интеграции нескольких направлений хореографии (классического, эстрадного и современного танца).

Цели программы:

1. Становление и развитие хореографического мастерства, формирование духовного мира современного ребенка на основе приобщения к хореографической культуре.

Задачи:

1. Освоение основ классического, эстрадного танца, современной пластики.
2. Развитие координации движения, пластики, чувства ритма.
3. Становление творческого мышления у детей: фантазии, изобретательности.
4. Формирование сценического мастерства.
5. Знакомство и приобщение к различным танцевальным стилям.
6. Формирование глубокого эстетического чувства с помощью подбора и накопления танцевального репертуара.
7. Создание творческой атмосферы в коллективе.

Поставленные цели и задачи реализуются через работу с детьми по следующим дисциплинам:

- ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности;
- партерная гимнастика;
- классический танец;
- эстрадный танец;
- современный танец;
- концертная деятельность.

Программа студии современной пластики «Флэш» имеет ряд особенностей:

- по виду - профессионально прикладная, т.к. имеет практическое значение, применима на практике и отвечает требованиям данной области деятельности;
- по направленности деятельности – художественно-эстетическая, т.к. обучает выразительности форм танца в соответствии с требованиями о прекрасном, возвышенном;
- по степени развития – познавательная, т.к. предполагает приобретение знаний по данному предмету;
- по формам и методам деятельности программа досуговая;
- по степени сложности программа комплексная, т.к. происходит процесс развития комплексных навыков многоуровневой, в виду того,

что в процессе обучения происходит процесс перехода с одного уровня сложности на другой;

- по масштабу действий педагога и учащегося программа пригодна как для персонального, учрежденческого, так и регионального масштабов, т.к. может использоваться для всех самодеятельных коллективов внешкольных учреждений, домов и дворцов культуры педагогами хореографами дополнительного образования.

Организация процесса обучения:

Данная программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 12 лет. Дети первого года обучения занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год), дети второго года обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов в год).

В своей работе по данной программе педагог использует различные формы проведения занятий: коллективная, групповая, парная, индивидуальная. Поставленные образовательные задачи реализуются в ходе теоретических, практических и контрольных занятий. На практических занятиях закладывается техника грамотного исполнения. В процессе урока педагог объясняет и наглядно показывает детям то или иное движение, особое внимание уделяется разбору наиболее часто допускаемых ошибок. В течение занятия педагог добивается четкого исполнения изучаемых движений всеми учащимися.

Важнейшим моментом в организации работы по программе является просмотр видеозаписей каждого концертного выступления с подробным анализом допущенных ошибок и оценки результатов труда. Для эффективной реализации программы в конце каждого полугодия проводить контрольные (открытые) занятия с целью контроля над усвоением полученных практических и теоретических знаний и в порядке обмена опытом работы с другими педагогами.

К основным формам организации труда детей, призванным помочь решить заложенные в программе воспитательные и развивающие задачи, относятся следующие: концерты и конкурсы профессионального мастерства городского, областного, всероссийского и международного уровня. Данные формы организации труда раскрывают для детей значительность их работы, формируют устойчивый интерес к занятиям танцем. Сплочению коллектива, воспитанию общительности, взаимоподдержки и дружеских отношений в коллективе способствуют поездки на конкурсы, экскурсии по музеям и выставкам, организация коллективных праздников.

При организации работы по данной программе необходимо обратить внимание на следующие моменты. Любая деятельность опирается на

потребности и интересы детей. Для овладения сложными элементами необходимо сформировать у детей, мотивацию. В связи с этим рекомендуется начинать работу над тем или иным движением с демонстрации этого движения в профессиональном исполнении (показ данного движения педагогом; просмотр видеозаписи танца в исполнении профессиональных танцевальных коллективов и т.д.)

В основу обучения детей младшего школьного возраста необходимо положить игровое начало. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения - использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний.

Особое внимание уделяется партерной гимнастике. Она способствует подготовки тела для изучения основ классической и современной хореографии.

На первом году обучения не следует увлекаться излишним комбинированием, сложной координацией, т.к. только закладывается фундамент грамотного исполнения танца. Необходимо добиваться с самого начала обучения органичного движения ног, корпуса, рук и головы.

На втором году обучения в занятия вводятся элементы новой танцевальной техники – современного танца. Итогом обучения на втором этапе должно стать умение учащихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Критерии оценки результатов

Возможны три уровня освоения программы:

1. Низкий уровень – качество имеет место.
2. Средний уровень – качество достаточно сформировано.
3. Высший уровень – качество ярко выражено.

В основу механизма оценивания уровня полученных знаний, умений и навыков положены следующие виды контроля:

- Входная диагностика.
- Промежуточная диагностика.
- Итоговая диагностика.

Формы контроля:

- Учебное занятие контроля знаний.
- Концертная деятельность.
- Конкурсы детского танцевального творчества областного, российского и международного уровня.

Для отслеживания успешности обучения каждого учащегося и пользуется оценочная десятибалльная система. Она позволяет увидеть пробелы в освоении материала каждым ребенком. Эти пробелы в дальнейшем устраняются на индивидуальных занятиях. В основу механизма оценки воспитательного воздействия на каждого ребенка в коллективе положен метод наблюдения.

Учебный план (1 год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	18	2	16	Входная диагностика.
2.	Партерная гимнастика	72	2	70	
3.	Классический танец	18	2	16	Промежуточная диагностика.
4.	Эстрадный танец	18	2	16	
5.	Концертная деятельность	18	2	16	Итоговая диагностика.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.

Функции ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.

Практика: Танцевальные перестроения (линия, колонна (по одному, по два, по четыре человека), круг - полукруг, круг - два круга, «цепочка» - «змейка», круг - «звездочка», диагональ, шахматное построение из колонны, круг в круге, «воротца», «шторка», «восьмерка», «расческа», точки класса. Детские танцы («Ладочки», «Стирка», «Ой, ля-ля», «Фигурный марш», «Лошадки»). Развитие эмоциональной выразительности: тренировка внимания, пластические этюды на эмоциональную выразительность («снежинка», «цветок», «игра с мячом», «надувание шарика», «я - чайник»), тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Услышь меня»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц (вытягивание ног и пальцев ног и сокращение стоп), «пистолетик», поочередное поднятие прямых ног (на высоту 45 и 90 градусов), маленькая и большая «книжечка», наклоны корпуса вперед к прямым ногам, «полумост», поднятие прямой спины от пола, поднять прямую ногу вверх, ROND до стороны, «березка», «подъемный кран», «морская звезда», наклоны корпуса (к правой, левой ноге, вперед), «птица», переход через поперечный шпагат в положение лежа на животе, «лягушка», «рыбка», «корзиночка», «кошка», «кошка лезет под забор», «русалочка», «лодочка», «подготовка к мостику», «мостик», «щучка», «горка», подготовка к кувырку, растяжка (упражнения на растягивание связок ног в положении сидя), «шпагаты»

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия классического экзерсиса.

Практика: Позиции ног (1,2,3,5,4), позиции рук, DEMI-PLIE (по 1,2,3,5,4 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 1, 5 позициям вперед, в сторону и назад), PASSE PAR TERRE, ROND DE JAMBE PAR TERRE по ¼ круга (en dehors, en dedans), BATTEMENT TENDU JETE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 1, 5

позиции), BATTEMENT RELEVÉ LENT на 45 градусов (вперед, в сторону и назад), положение ноги SUR LE COUS DE PIED (спереди и сзади), RELEVÉ (на п/п (по 1, 2, 5 позициям), GRAND PLIÉ (по 1, 2, 5 позициям), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, BATTEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов в сторону), GRANDS BATTEMENTS JETÉ (из 1 позиции в сторону), PORT DE BRAS 1 и 3, перегибы корпуса (назад, в сторону, стоя лицом к палке в 1 позиции), полуповороты у палки в 5 позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: EPOULEMENT CROISÉE, EFFACÉE в 5 позицию, PORT DE BRAS 1, 2, 3, позы CROISÉE, EFFACÉE, ARABESQUE 1, 2, 3, TEMPS LIÉ PAR TERRE, RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 5 позициям), повороты на п/п на одном месте в 5 позиции с поворотом головы в зеркало, туры chainés. Allegro: TEMPS LEVÉ SAUTÉ по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ÉCHAPPE по 2 позиции.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: Шаги с высоко поднятыми коленями, приставные шаги в сторону, двойной приставной шаг в сторону (с хлопком руками), «развернутый треугольник», шаг в сторону и точка (тэп) - удар носком об пол, шаг в сторону и кик - выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой, «пружинка» с шагом, повороты, наклоны и круговые движения головой, поднятие и опускание плеч; круговые движения плечами вперед и назад, круговые движения кистями рук, от локтя (к себе, от себя), «мельница», сгибание и разгибание рук из положения «руки в стороны», движение рук «волна», «змейка», движения корпусом от талии (работа диафрагмой из стороны в сторону, вперед, назад), наклоны в стороны с поднятыми вверх руками - «дерево», наклоны в диагональ - «буратино», наклоны в стороны - «обезьянка» (руки в «замке» за головой), наклоны вперед с вытягиванием шеи вперед, движение «волна» в сторону, движение бедрами из стороны в сторону, «восьмерка», «скрутка» бедрами (с переходом с ноги на ногу), движения коленями из стороны в сторону (на plié), «пружинка», круговые движения, поочередные круговые движения коленями (en dehors, en dedans), подъем на п/п с переходом на пятки, раскрытие стоп из 1-ой параллельной в 1-ую позицию (вместе и поочередно), «ёлочка», «гармошка», выпады в сторону «слоник», три шага на месте с высоко поднятыми коленями, saute по 1-ой параллельной позиции, подскоки на месте, TEMPS LEVÉ SAUTÉ по 1-ой параллельной позиции (на месте, из стороны в сторону).

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Групповая	2	Понятия ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.		
2					2	Музыкальные понятия.		Входная диагностика.
3					2	Танцевальные перестроения.		
4					2	Танец «Ладочки», «Ой-ля-ля».		
5					2	Тренировка внимания. Пластические этюды.		
6					2	Танец «Стирка».		
7					2	Танец «Фигурный марш».		

8					2	Танцевальные перестроения.		
9					2	Игры «Зеркало», «Услышь меня».		
10					2	Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.		
11					2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины.		
12					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
13					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
14					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
15					2	Упражнения для развитие шага.		
16					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата		Промежуточная диагностика.
17					2	Растяжка.		

18					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
19					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
20					2	Упражнения для развитие шага.		
21					2	Растяжка.		
22					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
23					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса		
24					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
25					2	Упражнения для развитие шага.		
26					2	Растяжка.		
27					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата		
28					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		

29					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
30					2	Упражнения для развитие шага.		
31					2	Растяжка		
32					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
33					2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины		
34					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
35					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
36					2	Растяжка.		
37					2	Упражнения для развитие шага.		
38					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
39					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		

40					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
41					2	Растяжка.		
42					2	Упражнения для развитие шага.		
43					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
44					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
45					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
46					2	Понятие элементов классического экзерсиса.Позиции рук и ног.		
47					2	Классический экзерсис у станка.		
48					2	Классический экзерсис на середине зала.		
49					2	Классический экзерсис у станка.		
50					2	Прыжки.		

51					2	Классический экзерсис у станка.		
52					2	Классический экзерсис на середине зала.		
53					2	Прыжки.		
54					2	Классический экзерсис у станка.		
55					2	Понятия элементов эстрадного танца.		
56					2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
57					2	Шаги, подскоки, прыжки.		
58					2	Упражнения на изоляцию.		
59					2	Упражнения на координацию.		
60					2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
61					2	Упражнения на изоляцию.		
62					2	Упражнения на координацию.		

63					2	Комбинированные шаги и прыжки.		
64					2	Разучивание комбинаций.		
65					2	Разучивание комбинаций.		
66					2	Разучивание комбинаций.		
67					2	Разучивание комбинаций.		
68					2	Отработка комбинаций.		
69					2	Отработка комбинаций.		
70					2	Постановка танца.		Итоговая диагностика.
71					2	Постановка танца.		
72					2	Отработка танца.		

Учебный план
(2 год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие эмоциональной выразительности	12	2	10	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	32	2	30	
3	Классический танец	28	2	26	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	42	2	40	
5	Современный танец	30	2	28	
6	Концертная деятельность	72	2	70	Итоговая диагностика.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина», «Услышь меня»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая

книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L' AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, ECARTEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, 5, 6, ARABESQUE 1, 2, 3, 4, TEMPS LIE PAR TERRE с перегибом корпуса, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «Пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами,

SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4,

изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Учебный план (2 год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие эмоциональной выразительности	12	2	10	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	32	2	30	
3	Классический танец	28	2	26	
4	Эстрадный танец	42	2	40	Промежуточная диагностика.
5	Современный танец	30	2	28	
6	Концертная деятельность	72	2	70	Итоговая диагностика.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Групповая.	2	Понятия эмоциональной выразительности.		
2					2	Музыкальные понятия.		Входная диагностика.
3					2	Танцевальные перестройки.		
4					2	Тренировка внимания, пластические этюды.		
5				Парная.	2	Пластические этюды.		
6					2	Игры на эмоциональное раскрепощение.		
7					2	Повторение элементарных знаний анатомии человека и системой дыхания.		
8					2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины.		
9					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		

10					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
11					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
12					2	Упражнения для развитие шага.		
13					2	Растяжка.		
14					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
15					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
16					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		Промежуточная диагностика.
17					2	Упражнения для развитие шага.		
18					2	Растяжка.		
19					2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
20					2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		

21					2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
22					2	Растяжка.		
23					2	Понятие элементов классического экзерсиса. Позиции рук и ног.		
24					2	Классический экзерсис у станка.		
25					2	Классический экзерсис на середине зала.		
26					2	Классический экзерсис у станка.		
27					2	Прыжки, туры.		
28					2	Классический экзерсис у станка..		
29					2	Классический экзерсис на середине зала.		
30					2	Прыжки, туры.		
31					2	Классический экзерсис у станка.		
32					2	Классический экзерсис у станка.		

33					2	Классический экзерсис на середине зала.		
34					2	Прыжки, туры.		
35					2	Классический экзерсис на середине зала.		
36					2	Классический экзерсис у станка.		
37					2	Понятия элементов эстрадного танца.		
38					2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
39					2	Шаги, подскоки, прыжки.		
40					2	Упражнения на изоляцию.		
41					2	Упражнения на координацию.		
42					2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
43					2	Джазовая растяжка, махи ногами.		
44					2	Волны руками и корпусом.		

45					2	Комбинированные шаги и прыжки.		
46					2	Упражнения на координацию.		
47					2	Шаги, подскоки, прыжки.		
48					2	Упражнения на изоляцию.		
49					2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
50					2	Волны руками и корпусом, бедрами.		
51					2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
52					2	Джазовая растяжка, махи ногами.		
53					2	Упражнения на координацию.		
54					2	Упражнения на пластичность рук и корпуса.		
55					2	Комбинированные шаги и прыжки.		
56					2	Упражнения на изоляцию.		

57					2	Джазовая растяжка, махи ногами.		
58					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
59					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
60					2	Отработка номера.		Выступ- ление на концерте
61					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
62					2	Отработка комбина- ций.		
63					2	Отработка номера.		Выступ- ление на концерте
64					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
65					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
66					2	Разучива- ние ком- бинаций.		
67					2	Постановка танца.		
68					2	Постановка танца.		
69					2	Отработка танца.		
70					2	Отработка номеров.		Выступ- ление на конкурсе
71					2	Отработка танца.		

72					2	Разучивание комбинаций.		
73					2	Разучивание комбинаций.		
74					2	Разучивание комбинаций.		
75					2	Постановка танца.		
76					2	Постановка танца.		
77					2	Постановка танца.		
78					2	Отработка танца.		
79					2	Отработка танца.		
80					2	Отработка танца.		
81					2	Отработка номеров.		Выступление на концерт.
82					2	Разучивание комбинаций.		
83					2	Разучивание комбинаций.		
84					2	Разучивание комбинаций.		

85					2	Отработка номеров.		
86					2	Отработка номеров.		
88					2	Разучивание комбинаций.		
88					2	Отработка номеров.		Выступление на конкурсе
89					2	Разучивание комбинаций.		
90					2	Разучивание комбинаций.		
91					2	Отработка номеров.		
92					2	Отработка номеров.		Выступление на концерт.
93					2	Отработка номеров.		

Обеспечение программы

Основная:

1. Базарова Н. П., Мей В.П. «Азбука классического танца. Первые три года обучения»: учебное пособие, 3-е изд., исп. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2006 г.
2. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
3. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету», Москва. «Гитис» 1994г.
4. Гиппиус С.В. «Актерский тренинг. Гимнастика чувств» - СПб.: Прайм-Еврознак, 2007 г.
5. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», М. «Владос» 2005г.
6. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004 г.
7. Зань А.И. Учебная программа «Экзерсис народно-характерного танца», Ульяновск, 1999 г.
8. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984 г.
9. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца», Ленинград. «Искусство» 1976 г.
10. Прокофьев А.Н. «Уроки классического танца», Ульяновск, Училище культуры» 2003 г.
11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать», М. «Владос» 2003 г.
12. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» - М.: Просвещение, 1989г.
13. Смит Л. «Танцы. Начальный курс», М. «Астрель», 2001 г.
14. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». - М., 2008 г.

Для обучающихся:

1. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985 г.
2. Рыбчинчинский А. А. Учимся танцевать. – М., ООО «Попурри», 2002 г.

Кадровое:

Педагог-хореограф с высшим или средне-специальным образованием.

Материально-техническое:

- ✓ Оборудованный хореографический класс для учащихся;
- ✓ Аудиоаппаратура, видеоаппаратура, аудиозаписи, видеозаписи;

- ✓ Специальная одежда для детей: гимнастические купальники, носочки, футболки и шорты для мальчиков, балетки, джазовки.
- ✓ Наличие методических рекомендаций, разработок для использования в образовательном процессе, методической литературы.