**Пояснительная записка**

 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«**Мир танца**»** по хореографии относится к художественной направленности, разработана и адаптирована на учащихся детского хореографического коллектива «Вдохновение» в 2003 году. Переработана в 2007 году. Получена рецензия в 2008 году И.А. Пузыревой, зам. директора института хореографии, доцента КГУКиИ. Рецензирована на кафедре КРИПКиПРО кандидатом педагогических наук Е.В. Мильковой в 2011году. Дополнена в 2022 году.

Среди множества форм художественного воспитания хореография занимает особое место.

Программа разработана согласно нормативным и правовым документам:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменения в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. №196»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р);
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
6. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 – 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);
7. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Р Ф от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Устав и локальные акты учреждения.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что на сегодняшний день интерес к танцевальному искусству велик. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление, фантазию, дают гармоничное, пластичное развитие, приобщают к народному творчеству.

Особенности и **новизна** программы базируются на многообразии применяемых тренировочных упражнений и танцевальных движений классического, народно-сценического, бального танцев, а также ритмики, что способствует развитию танцевальности у учащихся и расширяют кругозор. Формируется правильное отношение к своему здоровью и образу жизни. Исключаются максимально физические нагрузки, учитывая возрастные и физиологические особенности детей.

**Педагогическая целесообразность** обучения обусловлено тем, что хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для духовного и физического развития, обусловлена еще и тем, что занятия детским танцем: укрепляют здоровье, и эмоциональное состояние детей, развивают координацию движений, гибкость, ловкость, чувство ритма. Способствуют формированию интереса к занятиям танцами. Формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. В коллектив принимаются все желающие, специальный отбор не проводится, потому что танец, танцевальное искусство должно быть доступно всем.

 **Цель** программы – развитие творческих способностей детей через привитие эстетического вкуса, посредством занятий по хореографии.

**Задачи:**

- способствовать овладению основ детской хореографии;

- развивать координацию, пластику, творческое воображение и фантазию, артистические способности;

- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим, формировать гражданскую позицию, патриотизм и приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела.

**Организация образовательного процесса**

Содержание программы включает в себя три ступени обучения с детьми от 6 до 18 лет. Общеразвивающая программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся. На каждой ступени обучения предлагается минимумзнаний, умений и навыков усвоения материала. **Подготовительная группа,**формирующая на базе детских садов, проходит один год, переходят на первую ступень основной программы обучения на базе Центра детского творчества. Занятия проходят два раза в неделю по 30 минут.

**1-я ступень** - младшая группа – 4 года обучения

Группы формируются не более 8-12 человек. На первом году обучения с детьми школьного возраста формируется группа, где занятия проводятся 2 раза в неделю. Общее количество - 144 часа в год.На втором и третьем году обучения – 216 часов в год. Занятия проводятся три раза в неделю.

На четвертом году обучении - 288 часов в год. Занятия проводятся четыре раза в неделю.

Важным фактором обучения является использование минимум танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев, изучение и исполнение народных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями.

**2-я ступень** - средняя возрастная группа (3 года обучения)

Распределение по возрасту и количеству часов может варьироваться, исходя из способностей и возможностей детей. Вторая ступень обучения хореографии предполагает работу с детьми среднего школьного возраста (5-7 классы). В группе не более 8-12 человек.

На первом 288 часов в год. Занятия проводятся четыре раза в неделю.

На втором году обучения - 324 часа. Занятия проводятся три-четыре раза в неделю.

На третьем году обучения – 432 часа в год. Занятия проводятся четыре раза в неделю.

 Учащиеся уже владеют определенным запасом танцевальной техники, координацией движений, развито их внимание к восприятию нового материала. Вводится народно-сценический танец как самостоятельный предмет.

 Вторая ступень – совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса (как основы правильного физического развития и ритмического воспитания ребенка), Продолжение начатой на первой ступени работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации. Этой ступенью можно завершить так называемый танцевальный всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, которые проявили интерес и способности в целом к хореографии, могут продолжить свое образование и перейти к третьей ступени обучения.

**3-я ступень** – старшая группа (4 года обучения).

Третья ступень обучения строится на стабильных учебных занятиях, в старшей группе от 8 до 10 человек. Занятия проводятся три - четыре раза в неделю.

 Первый год обучения - 324, 432 ч. Третий год обучения - 324, 432 ч.

 Второй год обучения -324,432ч. Четвертый год обучения - 324, 432 ч.

Возможно увеличение количества репетиционных часов, причиной которого, обычно является подготовка к концертам и другим показательным выступлениям.

На третьем году обучения учащиеся проходят основную программу, где могут завершить или продолжить обучение четвертого года. Третий и четвертый год обучения – это подведение итогов в подготовке учащихся.

На четвертом году обучения в основном закрепляется материал третьего года обучения.

 Третья ступень предполагает, знакомство с развитием танцевальной лексики в сочетании с многообразием рисунка танца и на их основе учатся сочинять комбинации, этюды и хореографические постановки.

 Данная программа рассчитана на средний физический уровень детей, желающих заниматься танцами.

В программу обучения включены следующие **разделы:**

1.Ритмика

2.Основы классического танца

3.Основы народно-сценического танца

4.Детский бальный танец

5.Партерная гимнастика

6.Постановочная работа

 Основной формой организации учебного процесса являются традиционные учебные занятия, репетиционные и постановочные занятия, мини-концерты, беседы, лекции. А также туристические походы, посещение концертов и т.д.

Программой предусмотрена ансамблевая работа. Включает в себя: постановочный и репетиционный блок для подготовки концертных номеров, конкурсных работ. Ансамбль – это очень удобная форма работы с детьми, своеобразная мастерская, при создании массовых, объемных работ. Привлекаются учащиеся разного возраста и с разным уровнем подготовки для совместного творчества.

 **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:**

**В течение первой ступени обучения** учащиеся получают подготовительные знания, знакомятся с основами хореографии – элементами музыкальной грамоты, учатся ориентироваться в пространстве, на площадке. Выполнять ритмико-гимнастические упражнения с элементами танцев и игр. Развивают художественно-творческие способности танцевально-музыкальной импровизации. Освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев.

В результате изучения программы учащиеся, как правило, **имеют представление:**

- о музыкальной грамоте;

- о выворотности;

- работающей и опорной ноге;

**Знают:**

-расположение зала по точкам, т.е. условное обозначение плана танц.класса;

-общее представление о танце;

-простейшие навыки координации движений;

-основы историко-бытового танца;

-основные позиции и положения рук и ног.

**Умеют:**

различать характер и темп музыки;

ориентироваться в пространстве;

выполнять движения: приседания, танцевальный шаг, пружинящий шаг, ходьба и бег, трамплинный прыжок;

имитировать движения зверей, птиц…

**В течение второй ступени обучения** совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса (как основы правильного физического развития и ритмического воспитания ребенка). Изучение и исполнение народных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями.

В результате изучения программы учащиеся **имеют представление:**

- о народном танце;

- элементарные сведения о классическом танце;

- о направлении движения по линии танца, против линии танца;

- о поворотах и технике развернутых плеч;

**Знают:**

- фронтальное и развернутое положение плеч;

- основные движения в русском народном танце.

**Умеют:**

- выразительно исполнять программный материал;

- исполнять движения в различных ритмах и темпах.

**Владеют:**

- определенным запасом танцевальной лексики;

- координацией движений;

- техникой выполнения экзерсиса у станка и на середине.

 Этой ступенью можно завершить так называемый танцевальный всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, которые проявили интерес и способности в целом к хореографии, могут продолжить свое образование и перейти к третьей ступени обучения.

**Планирование третьей ступени обучения** позволяет учащимся проявить себя и свои творческие способности. На этом этапе создаются условия для творческого роста ипрофессионального самоопределения.

 В результате изучения программы учащиеся **имеют представление:**

- о выразительности и пластике рук;

- о технических возможностях партерного экзерсиса;

**Знают:**

-основные понятия и термины французской терминологии в хореографии;

- о технике Allegro (прыжках); Adagio.

**Умеют:**

**-** выполнять сложные технические упражнения;

- импровизировать на заданную тему.

**Владеют:**

- методикой исполнения упражнений классического, народно-сценического танцев.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:**

**-** собеседование, анкетирование, тестирование;

- опросы устные, закрепляемые на практике;

- открытые занятия, учебные экскурсии.

- выступления, концерты, конкурсы.

**Результативность деятельности учащегося по программе оценивается следующими параметрами:**

- по данным участия детей в конкурсах, фестивалях диагностики, тестировании, анкетировании и их достижениях.

**Способы отслеживания реализации программы:**

- мониторинг уровня реализации дополнительной общеразвивающей программы;

- наблюдение за деятельностью на занятиях;

Оценка степени успешности в мероприятиях, конкурсах;

- оценка степени проявления творчества и самостоятельности в деятельности учащихся.

Динамика интереса учащихся к данному предмету фиксируется с помощью анкет в начале и в конце учебного года обучения, собеседований.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- творческие выступления с новыми и прежними номерами, в целях сохранения репертуара лучших работ, пропаганды своего творчества, хореографического искусства;

- участие в районных, областных и др. конкурсах;

- в творческих отчетах перед родителями.

 Для достижения поставленных целей и задач, и получения положительных результатов представленная программа по ступеням обучения считается оптимальным вариантом для развития творческих способностей детей, укрепления их физического здоровья и эмоционального состояния.

Нами переработаны авторские материалы (учебные программы педагогов Н.И.Бочкаревой (Ритмика и хореография), Т.В. Пуртовой, А.Н. Беликовой, О.В. Кветной по (Кн. «Учите детей танцевать»), методические рекомендации по классическому танцу С.В. Дьяконовой), которые вошли в основу при создании данной общеразвивающей программы.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Первый год обучения**

 **I – я ступень**

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Первый год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов  | Всего часов | теория  | практика |
| Вводное занятие 1. Ритмика2. Основы классического танца 3. Основы народно-сценического танца4. Детский бальный танец5. Постановочная работа | 23030303022 | 22222 | 2828282822 |
| Итого: | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

**Первый год обучения**

 Первый год обучения имеет подготовительный характер. Здесь закладываются основы хореографического материала через игру. Задача первого года обучения выявить в процессе занятий способности детей и подготовить их к усвоению основ классического, народного, бального танцев. Танцевально-игровая часть **–** танцевальные шаги, различные виды бега и свободные прыжки, ритмические задания, танцевальные игры, импровизации учащихся с музыкальным сопровождением.

Вводное занятие2ч.

Педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, и особенностях внешнего вида обучающегося. Знакомит с правилами по технике безопасности на занятиях хореографией.

**Раздел 1. Ритмика 30 ч.**

Цель: развить музыкальный слух, музыкальную память, слуховое внимание, ритмичность. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнение хлопками, притопами ритмичных рисунков. Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие выворотности, правильной осанки, гибкости.

Теоретическая часть

**Тема:** Рождение искусства танца

**Элементы музыкальной грамоты**

Практическая часть

**Темы:** -определение и передача в движении: характера музыки (веселый, грустный)

- темпа (медленный, быстрый)

- динамические оттенки (тихо, громко)

- жанров музыки (марш, песня, танец)

- метроритм (длительный, четверть шага и бег).

- куплетная форма (вступление, запев, припев).

**Упражнения на развитие ориентации в пространстве**

Практическая часть

**Темы:**- построение в колонну по одному, по два.

- расход парами, четверками в движении и на месте.

- построение в кругу. Движение по кругу.

- построение из круга в одну колонну, в две.

**Ритмико-гимнастические упражнения**

Практическая часть

**Темы:**- напряжение и расслабление мышц рук.

- сгибание кистей, вниз, вверх, вперед, назад.

- поднимание рук вверх и опускание вниз.

-напряжение и расслабление мышц ног, вращение стопы.

-наклоны, повороты головы, круговые движения плечами

**Упражнения на развитие художественно-творческих способностей**

Практическая часть

**Темы:**Имитация движений зверей (медведей, зайцев, оленей…). «Путешествие в лесу «(дети представляют себя в лесу в различное время года и в различных вариантах). Движения в образах сказочных персонажей. Танцы - игры (репертуар: «Ходим кругом друг за другом», «Я не хочу с тобой танцевать», «Шел козел по лесу»…Танцы: «Гуси-гуси», «Кузнечик», «Веселые петушки». Упражнения на развитие мимики и пантомимы («просыпаемся», «улыбаемся», «смотрим в бинокль»), …

Упражнения, игры активизирующие внимание (Задом наперед, кот и мыши, игры с мячом, со скакалкой…)

**Танцевально-игровая часть**

Практическая часть

**Темы:**Танцевальные шаги и бег (бытовой, на пятках, на п/пальцах, с подъемом коленей, легкий бег, бег с поджатыми ногами назад, бег с подскоком, бег с выбрасыванием вытянутых ног вперед и назад, и т.д.)

-Свободные прыжки (VI поз.с вытянутым и сокращенным подъемом, по I естественной позиции ног, подскоки, разножки, с поджатыми ногами назад и т.д.). Все свободные прыжки исполняются на одном месте или с продвижением вперед, назад, в сторону, в повороте.

-Упражнение на выявление ритмического рисунка посредством движения ( прохлопывание, ходьба, проговаривание, пропевание и т.д.)

-Упражнения на ориентирование в пространстве (используя марш, танцевальные шаги, бег.Задания в различных направлениях, рисунках и перестроениях с переменой темпа и музыкального характера).

-Танцевальные игры ( по выбору педагога).

-Задания на импровизацию (отразить в движении характер музыки).

Этот вид заданий способствует развитию фантазии и индивидуальности каждого ребенка.

**Раздел 2. Основы классического танца 30 ч.**

В первый год обучения используется немногочисленный объем упражнений, но проучивать с особой тщательностью, так как основы классического танца являются основным фундаментом для всего хореографического искусства. Движения проучиваются в медленном темпе, на всей ступне, соблюдая принцип постепенности. В первый год releve на п.п. рекомендуется изучать низкие - это дает возможность сохранить выворотность. Начать работу над развитием координации необходимо уже с первых занятий. Изучая и закрепляя позиции рук – включать работу головы.(поочередно открывать руки из III во II с поворотом и наклоном головы). Условное обозначение плана класса.

 Прыжки изучаются первоначально лицом к палке, затем переносятся на середину зала и исполняются в enface, через музыкальную паузу.

Главная задача в первый год обучения в усвоении обучающимися простых, но очень важных основ классического танца.

 Музыкальное сопровождение должно быть с четким, хорошо выделенным ритмическим рисунком, с ясным музыкальным квадратом.

 Таким образом, практическое занятие первого года должно состоять из двух частей:

1) Подготовительная часть – это комплекс вспомогательных упражнений.

2) Классический экзерсис – изучение элементарных движений классического танца.

**Вспомогательно-физические упражнения (по выбору педагога)**

- для укрепления мышц спины;

- на развитие гибкости;

- для укрепления стоп,

- на развитие выворотности.

Теоретическая часть

**Тема:** Элементарные сведения о классическом танце

Практическая часть

**Темы:-** Основные положения ноги рук у станка.

-Основное положение корпуса у станка лицом к палке.

-Постановка корпуса, ног, рук у станка.

-Позиции рук: подготовительная, на середине зала.

-Основная I, II, III, позиция и положение рук.

-Основные позиции и положения ног на середине зала.

**Основные упражнения классического танца**

Середина зала

Практическая часть

 **Темы:**-Условное обозначение плана класса.

-I, II, III, VI – позиция ног в полувыворотном положении

-Demi – plie по I-III позициям

-Releve по VI

-Прыжки обыкновенные

-Прыжки трамплинные

-Battement tenduпо I, II, III позициям.

**Раздел 3. Основы народно-сценического танца 30 ч.**

В задачу этого раздела входит знакомство с основными позициями и положениями рук, ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов и движение на середине, развитие координации движений.

**Значение русского танца в жизни русского народа**

Теоретическая часть

**Тема:** беседа-рассказ о значении русского танца в жизни народа

**Русский танец**

Практическая часть

**Темы:** Основные позиции и положения ног и рук в русском танце.Основные положения рук в русском народном танце. Положения рук в парных танцах. Положения рук у девочек и мальчиков. Положения рук у девочек. Раскрывание и закрывание в стороны. Положения рук у девочек одной рукой в сторону. Положение рук в поворотах.

**Сюжетно-игровые танцы**

практическая часть

**Темы:**-Танцевальные шаги в образе различных животных.

-Сюжетно-игровые танцы.

-Образы, в пластическом выражении из русских народных сказок.

 **Раздел 4. Детский бальный танец 30 ч.**

 Азбука музыкального движения. Пластические упражнения в характере и темпе музыки. Танцевальный шаг с носка и др. Учебно-тренировочная работа: изучение элементов тренажа с разучиванием танцев.

**Учебно-тренировочная работа: связь элементов тренажа с разучиванием танцев**

Практическая часть

**Темы:**-Пластические упражнения в характере и темпе музыки.

-Танцевальный шаг с носка.

-Танцевальный шаг с подскоком.

-Танцевальный легкий бег.

-Пластические упражнения.

-Танцевальные комбинации.

**Танцевальные движения в различных образах**

Практическая часть

**Темы:**-Танцевальные шаги в образе героев из м/ф.

- Путешествие в страну сказок.

-Пластические образы животных из русских народных сказок.

-Пластические образы героев из русских народных сказок.

-Повадки животных в легком беге (пластически отобразить).

-Танцевальные комбинации с положением и позиций рук.

- Пластические упражнения в характере и темпе музыки.

**Раздел 5. Постановочная работа 22 ч.**

Проучивание сюжетно-игровых танцев

Отработка танцевальных движений. Постановка танцевального номера на усмотрение педагога. Итоговое занятие - открытый урок

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Второй год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов  | Всего часов  | теория | практика  |
|  Вводное занятие 1. Ритмика2. Основы классического танца3. Основы народно-сценического танца4. Детский бальный танец5. Партерная гимнастика6. Постановочная работа | 2272727271717 | 222222 | 252525251517 |
| Итого: | 144 | 12 | 132 |

**Содержание программы**

**Второй год обучения**

Вводное занятие2 ч.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности и особенностях внешнего вида учащегося.

**Раздел 1 Ритмика 40 ч.**

**Элементы музыкальной грамоты**

Теоретическая часть

**Тема:** Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности.

Практическая часть

**Темы:**-строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза)

-определение характера музыки

-длительности – половинные, четверти, восьмые

- сильные и слабые доли

-ритмическое разнообразие хлопков, притопов.

**Упражнения на развитие ориентации в пространстве**

Практическая часть

 **Темы:**-передача в движении изменения в темпе

-перемещения в пространстве:

-движения по кругу

-свободная ориентация в зале, умение передвигаться, держать интервалы

-движения по линии танца, против линии танца

-перемещение в парах

-положение в парах, перестраивания в парах

-ориентация в пространстве: (круги, линии, два круга).

**Ритмико-гимнастические упражнения**

Практическая часть

**Темы:**-напряжение и расслабление мышц

-упражнения с предметами

-элементы акробатики.

**Упражнения на развитие художественно-творческих способностей**

Практическая часть

**Темы:**-встреча с героями м/ф, пластические движения в образах героев м/ф

-упражнения для развития мимики (умывание, протирание глазок и т.д.). -упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

-Танцы-игры.

- Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, развивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет и удары ладош». «Пропоем, похлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства»

 **Раздел 2. Основы классического танца 40 ч.**

Проучены первые элементы классического танца, приобретены навыки исполнения простых танцевальных движений. Но по-прежнему продолжается тщательная работа: над постановкой корпуса, рук, ног, головы; над развитием выворотности, растяжки, устойчивости, координации.

 Во второй год обучения в разделе классический экзерсис идет повторение пройденных упражнений и продолжается изучение основных движений классического танца. Все новые движения, как и прежде. Проучиваются в медленном темпе лицом к палке, чередуя правую и левую ногу. К концу второго года обучения необходимо добиваться выворотного исполнения в позициях ног, III позицию заменить V позицией ног. Упражнения исполняются на всей ступне, а releve на п/п на двух ногах включаются в комбинации. Комбинации небольшие, простые по построению – состоят из 1-2 изученных движения; исполняться enface для закрепления ровности плеч и бедер. Продолжается изучение маленьких прыжков, темп остается медленный и средний. Прыжки исполняются в enface на середине зала. Музыкальный материал разнообразный. Чередовать упражнения у станка с прыжками на середине, в один раз не выполнять упражнения сразу все.

Дополнительно изучается уровень подъема ног. Определение работающей и опорной ноги, положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (Surlecou-de-pied) . Подготовительное положение руки (Preparation). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация рук, ног и головы в движении. Прыжки с двух ног на две (Saute): Подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка. Понятие о положении корпуса по отношению к зрителю. Epaulement

На втором году обучения вводится станок. Все упражнения выполняются лицом к станку. Выворотное положение ног.

Теоретическая часть

**Тема:**Понятие о положении корпуса по отношению к зрителю. Epaulement..

**Основные упражнения классического танца**

Экзерсис у станка (лицом к палке)

Практическая часть

**Темы:**-Постановка корпуса, ног, рук у станка.

-I,II, III, V позиции ног у станка

- Demi – plie по I, II, III, V позиции ног

- Позиции рук I, II , III у станка

 -Battementtendu по I в сторону, вперед лицом к станку

 -Battementtendu по V позиции ног лицом к станку

 -Battementtenducdemi – plie с переходом во II позицию из I позиции

 -Releve по I позиции ног

 -Battementtendujete – натянутые движения с броском из I позиции.

 -Прыжки Saute по I, II, V позициям

 -Echappe на II позицию.

Середина зала

Практическая часть

**Темы:** -Основные правила постановки рук (открывание и закрывание рук).

-Основная I, II, III, позиция и положение рук.

-Основные позиции и положения ног на середине зала.

-I, II, III, VI – позиция ног в выворотном положении

-Demi – plie по I-III позициям

-Releve по VI

-Прыжки обыкновенные

-Прыжки трамплинные

-Battement tenduпо I, II, III позициям

-Упражнения на середине зала в epaulement

-Движения рук в Portdebras на середине зала

-Координация движения рук и головы в Portdebras

-Наклоны в сторону по I позиции

-Перегибы корпуса назад лицом к станку по I, II, III, V позициям

-Движения рук в Portdebras на середине.

**Вспомогательные физические упражнения (по выбору педагога)**- для укрепления мышц спины;

- на развитие гибкости;

- для укрепления стоп;

- на развитие выворотности.

 **Раздел 3. Основы народно-сценического танца 40 ч.**

**Истоки и развитие русского народного танца**

Теоретическая часть

**Тема:** Рассказ-беседа «Развитие русского народного танца»

**Основные движения в русском танце**

Практическая часть

**Темы:** -Поклоны.

-«Гармошка».

-«Елочка».

-Переступания с выносом ноги на каблук.

-Тройные переступания.

-Хлопушки, присядки.

**Сюжетно-игровые танцы на основе движений русского танца**

Практическая часть

**Темы:** -Основные положения рук у девочек в русском танце.

-Основные положения рук у мальчиков в русском танце.

- Открывание и закрывание рук в русском танце.

-Положение рук в парных танцах.

-Изучение игровых танцев.

-Этюды на основе русских движений.

-Танцевальные комбинации на основе русских танцевальных движений.

-Сюжетно-игровые танцы.

**Раздел 4. Детский бальный танец 40 ч.**

**Элементы историко-бытового танца**

Теоретическая часть.

**Тема:** Рассказ об истории возникновения польки.

Практическая часть

**Темы:** Изучение шага польки. Па галопа по VI позиции. Поклоны, реверансы (муж, жен.). Основные шаги, повороты. Полонез, основные шаги вперед, назад. Танцевальные комбинации. Шаг польки и галопа.

**Учебно-тренировочная работа**

Практическая часть

**Темы:** Пластические упражнения, координация движения рук, корпуса, ног, головы. Упражнения для подвижности суставов, маховые движения рук и ног. Упражнения для развития мимики, пантомимики. Упражнения для подвижности суставов, корпуса.

**Разучивание детских бальных танцев**

Практическая часть

**Темы:** «Берлинская полька» - парный танец, построенный на шаге польки, хлопках в ладоши

Этюды: матрешки. Восточные куклы. Изучение «Вару-вару». Разучивание танца «Полонез». Разучивание танца «Элефант». Разучивание танца «Менуэт».

**Раздел 5. Партерная гимнастика 27 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:**  Как правильно выполнять вспомогательные физические упражнения.

Практическая часть

**Темы:** Упражнения для укрепления мышечного аппарата. Напряжение и расслабление мышц плечевого пояса. Партерная гимнастика: напряжение и расслабление мышц ног.

Координирующие упражнения на полу.

**Раздел 6. Постановочная работа 27 ч.**

Разучивание танцевальных движений, комбинаций к постановкам.

Отработка концертных номеров. Работа над синхронным исполнением.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Третий год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов  | Всего часов  | Теория  | Практика |
| Вводное занятие1. Ритмика
2. Основы классического танца
3. Основы народно-сценического танца
4. Детский бальный танец
5. Партерная гимнастика
6. Постановочная работа
 | 2272727271717 | 222222 | 252525251517 |
| **Итого:**  | 144 | 12 | 132 |

 **Содержание программы**

**Третий год обучения**

**Вводное занятие 2 ч.**Правила по технике безопасности (инструктаж)

**Раздел 1. Ритмика 40 ч.**

**Элементы музыкальной грамоты**

Практическая часть

**Темы:**-Понятие о вступлении, музыкальной фразе, закрепление на практике.

-Развитие танцевального шага и его сочетания.

-Воспитание жанрового характера музыки (марш, вальс, полька).

-Упражнения на развитие ритма.

-Ритмические рисунки.

-Уметь слушать и выделять музыкальную фразу.

**Упражнения на развитие ориентации в пространстве**

Практическая часть

 **Темы:** -Перестроение группы из круга в квадрат, перестроение из круга врассыпную и снова в круг

-Построение двух концентрических кругов, движение в колонну по одному из углов

-По диагонали с переходом в центре через одного, перестроение в парахП

-Сохранение правильной дистанции во всех видах построений. Держать интервал.

-Выполнять различные повороты, перестроения, менять направление, рисунок движения.

-Построение концентрических кругов: «воротца», «звездочка», «карусель», «змейка».

**Ритмико-гимнастические упражнения**

Практическая часть

**Темы:** -Выполнение движений с предметами и без

-Упражнения, исполняемые сидя на полу

-Упражнения, исполняемые лежа на спине.

-Упражнения, исполняемые лежа на животе - «лягушка» (лежа лицом вниз, стопа в стопу, колени в стороны)

-Упражнения на сокращение и вытягивание стопы

-Упражнения на растяжку (развитие шага)

-Упражнения на выработку осанки

-Упражнения на гибкость

-Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц в сочетании танцевально-тренировочными. «Кошечка», «верблюд», (прогибание, выгибание спины, руки на полу). Колёса, шпагаты. -упражнения на координацию движений.

Понятие развития и укрепления профессиональных природных данных. В это понятие входит развитие: выворотности, шага, подъема, гибкости, эластичности мышц, прыжка, элементарных навыков координации, танцевальности, артистичности, музыкальной восприимчивости.

Без наличия этих качеств невозможно обучение ребенка искусству хореографии. Музыкальное сопровождение для исполнения всех элементов занятия обязательно.

**Упражнения на развитие художественно-творческих способностей**Теоретическая часть

**Тема:** Игровые этюды

Практическая часть

**Темы:**Изучение танцев: «Петушок», русских танцев «Игра», «Берёзка».

Проучивание танцевальных комбинаций и миниатюр. Подготовка танцевальных номеров. Игры под музыку. Инсценирование музыкальных сказок, песен. «Песенка крокодила Гены», «Я - чайник». Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

**Раздел 2. Основы классического танца 40 ч.**

Завершается освоение основных элементов классического танца в их простой форме. Одна из главных задач этого года – повторение и закрепление пройденного материала.

Теоретическая часть.

**Тема:** Основные правила движений у станка**.**

Экзерсис у станка

 (лицом к станку первое полугодие, со второго полугодия держась одной рукой за станок).Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе. Постановка корпуса у станка (закрепление). Эстетика исполнения движений. Отрабатывается техника движений. Повторение

Практическая часть

**Темы:**-Изучается IV позиция ног.

.-I, II, III, V позиция ног у станка

-Demi – plie по I, II, III, V позициям ног

-Позиции рук I, II , III у станка.

-Battementtendu по I, II, V позиции ног лицом к станку в сторону, вперед

-Battementtenducdemi – plie с переходом во II позицию из I позиции

-Releveпо VI, I, II

-Battement tendujeteиз I позиции

-Saute по I, II, V позициям

-Echappe на II позицию.

 Дополнительно изучаются:

-Grand– plie по I, II позиции ног

-Passeparterre из I позиции ног лицом к палке

-Battementtendujete в сторону на 30^ из I позиции ног

-Battement tendu pikeвсторону.

-Demi rond de jambe par terre (an dehorи andedan)

-Surlecou-de-pied – положение ноги на щиколотке спереди, сзади «обхватное»-развивает выворотность и подвижность ноги

-Surlecou-de-pied – «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной)

Середина зала:

Практическая часть

**Темы:**IPortdebras.

**Вспомогательные физические упражнения (по выбору педагога)**

**Раздел 3. Основы народно-сценического танца 40 ч.**

Продолжается изучение элементов и движений русского танца. Учащиеся знакомятся с основным жанром русского народного танца - хороводом, его видами.

**Классификация русского народного танца**

Теоретическая часть

**Тема:**Хоровод – как один из основных жанров русского народного танца. Виды хороводов.

**Основные движения в русском танце**

Практическая часть

**Тема:**Медленный русский ход с открыванием ноги вперед.

Практическая часть

**Тема:**-«Гармошка».

-«Маятник».

-Притопы- удары всей стопой в пол: на сильную долю, на слабую долю, двумя ногами (печатка).

-«Молоточки».

-«Ковырялочка» с подскоком.

-«Ключ» на переступаниях.

-Дробная дорожка каблуками.

-Присядка в сторону на каблук.

-Разножка на полу в стороны.

- Простая «веревочка».

- «Моталочка» на п/п с двух ног попеременно.

- «Хлопушка». (Одинарные хлопки и удары, акцентирующие в ладони, по бедру, по голенищу).

-«Мячик» - с двумя и тремя ударами в ладоши.

-Вращение на месте с припаданием.

-Основные положения рук.

**Основные фигуры хороводов**

Практическая часть

В русских танцах исполнители держатся за руки или за платочки, образуя разнообразные построения, называемые фигурами. Разучивать фигуры нужно в движении при изучении хороводов.

**Тема:** -«Круг».

-«Звездочка».

 -«Карусель» или большая «звездочка».

-«Корзиночка».

- «Цепочка».

**Сюжетно-игровые и массовые танцы**

Практическая часть.

**Темы:**Массовые танцы:«Калачики», муз.народная, «Барыня», муз. народная, «Ой со вечера», муз народная.

**Раздел 4. Детский бальный танец 40 ч.**

Дополнительно изучаются:

Элементы танцев, танцевальные движения, переходов и рисунков танца.

Теоретическая часть

**Тема:Историко-бытовой танец**

Практическая часть

-Па дегаже - перенос с одной ноги на другую

-Па глиссе – одинарный, скользящий шаг вперед

**Учебно-тренировочная работа**

Практическая часть

**Темы: -**Пластические упражнения

-Координация движения рук, корпуса, ног, головы

-Упражнения для подвижности суставов, маховые движения рук и ног

-Уражнения для развития мимики, пантомимы

-Уражнения для подвижности суставов, корпуса.

**Развитие выразительных средств через проигрывание этюдов**

Практическая часть

**Темы:** Этюды: Матрешки, восточные куклы…изучение «Вару-вару», «Полонез». «Элефант», «Менуэт».

**Раздел 5. Партерная гимнастика 20 ч.**

Теоретическая часть Партерная гимнастика для всех групп мышц. Разъяснение.

Практическая часть

**Темы:** -координирующие упражнения на полу

-упражнения выполняются лежа или сидя на полу, сидя на согнутых коленях, что освобождает еще неокрепший организм от излишнего напряжения

-комплекс партерной гимнастики.

**Раздел 6. Постановочная работа 34 ч.**

Отработка движений в танце. Постановка.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

 **Четвертый год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов | Всего часов  | Теория  | Практика |
| Вводное занятие 1. Ритмика
2. Основы классического танца
3. Основы народно-сценического танца
4. Детский бальный танец
5. Партерная гимнастика
6. Постановочная работа
 | 2272727271717 | 222222 | 252525251517 |
| **Итого:** | 144 | 12 | 132 |

**Содержание программы**

**Четвертый год обучения**

**Вводное занятие2 ч.**

Правила по технике безопасности (инструктаж)

**Раздел 1. Ритмика54 ч.**

Закрепление навыка пройденного материала.

**Элементы музыкальной грамоты**

Практическая часть.

**Темы:**

-Повторение различных шагов

-Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки

-Переключение из одного темпа в другой с ускорением и замедлением движения

-Танцевальный шаг и его сочетания, от метроритмического рисунка движения к темповому, отражающему характер музыки

-Упражнения на выявление ритмического рисунка посредством движения (прохлопывание, ходьба, проговаривание, пропевание и т.д.)

**Упражнения на развитие ориентации в пространстве**

Практическая часть

**Темы:**

-перестроение в парах

-обход одним партнером другого и одной пары другой

 -перестроение из колонны по одному в колонну по четыре

 -построение в шахматном порядке

-перестроение из нескольких колонн, в несколько кругов, сужение и расширение их

-перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели

-ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол

-сохранение правильной дистанции во всех видах построений

-с использованием предметов

-используя марш, танцевальные шаги, бег, составить задания в различных направлениях, рисунках и перестроениях с переменой темпа и музыкального характера.

**Ритмико-гимнастические упражнения** (развивающие упражнения)

Теоретическая часть

**Тема:**

Осанка.

Практическая часть

**Темы:**

-Выполнение движений с предметами, более сложных

-Упражнения, исполняемые сидя на полу

-Работа стоп

-Упражнения на развитие подъема

-Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц в сочетании танцевально-тренировочными

-Растяжка на шпагат

-Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса

-Упражнения на координацию движений

-Упражнения на развитие выворотности.

**Упражнения на развитие художественно-творческих способностей**

Практическая часть

**Темы:**

-Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз

-Танцевальные упражнения

-Повторение элементов танца третьего года обучения:

-Шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.

-«Ветер-ветерок», «под дождем», «трусливый заяц», «хитрая лиса»…

-Придумывание вариантов к играм и танцам

-Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен

-Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование

-Составление несложных танцевальных комбинаций.

**Танцевально-игровая часть**

Практическая часть

**Темы:**

-Танцевальные шаги и бег (бытовой, на пятках, на полу/пальцах, с подъемом коленей, легкий бег, бег с поджатыми ногами назад, бег с подскоком, бег с выбрасыванием вытянутых ног вперед и назад, и т.д.

- свободные прыжки (по VI поз. С вытянутым и сокращенным подъемом, по 1-ой естественной позиции ног, подскоки, разножки, с поджатыми ногами назад и т.д.)

Все свободные прыжки могут исполняться на одном месте или с продвижением вперед, назад, в сторону, в повороте.

- танцевальные игры.

- задания на импровизацию (отразить в движении характер музыки).

Этот вид заданий способствует развитию фантазии и индивидуальности каждого ребенка.

**Раздел 2. Основы классического танца 54 ч.**

 За три года обучения освоены азы классического танца. Простейшие танцевальные комбинации. Типы координации движения по степени трудности. Рисунок положений уровней ног и рук. Последовательность и расклад движений на элементы. Эстетика исполнения движений. Вспомогательные физические упражнения сводятся к минимуму.

Теоретическая часть

**Тема:**

Закономерности координации движений рук, ног и головы

(ритмические упражнения, хореография и игры)

Экзерсис у станка

**Темы:**

Практическая часть.

Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

- Demi – plie по I, II, V позициям ног

-Battementtendu по I, II, V позиции ног лицом к станку крестом

-Battementtenducdemi – plie с переходом во II позицию из I позиции

-Releveпо I, II, III.

-Battement tendujeteиз V позиции

-Подготовка к Battementfondu лицом к палке

-Battementfrappe лицом к палке носком в пол.

-Saute по I, II, V позициям

-Echappe

-Grand– plieпоI, II, IIIпозицииног

- Passe par terreиз I позицииног

- Battementtendujete в сторону на 30^ из III позиции ног

- Battement tendu pikeвсторону.

-Rond de jambe par terre (an dehorи andedan) по ¼ круга, лицомкпалке.

-повороты endehors и andedans в комбинациях

-Demi – plie по IV позиции ног

-Grandbattementjete (вначале изучается лицом к палке, нога идет в сторону)

-Pasdebourree с переменой ног стоя лицом к станку

Экзерсис на середине зала

Практическая часть

 **Темы:**

-Grand– plie по I, II, III позиции ног

-Battementtendu по I позиции вперед

-Battementtendu по I позиции в сторону.

-Позы epaulementefface на середине зала в III позиции ног.

-Позы epaulementcroisee на середине зала в III позиции ног.

-I Port de bras.

**Раздел 3. Основы народно-сценического танца 54 ч.**

Продолжается дальнейшее изучение более сложных элементов и движений русского танца, требующих соответствующей координации исполнения и силовой нагрузки.

Местные особенности исполнения хороводов. Во время занятий обучающиеся усваивают манеру, характер, технику исполнения движений и комбинаций.

**Местные особенности исполнения хороводов**

Теоретическая часть

Характерные особенности исполнения хороводов

**Основные движения в русском танце**

Практическая часть

**Темы:**

-Поклоны (мужской, женский). «Веревочка» двойная

-Простой ключ на подскоках

-Дроби с подскоком

-Присядка вперед и в сторону с поворотом

-«Гусиный шаг»

-«Хлопушки» скользящие: в ладоши, по бедру, по голенищу, по подошве

-Вращение по VI на месте

-«Молоточки»

-Вращение по диагонали с переступаниями быстрым бегом

**Основные фигуры хороводов**

Практическая часть

**Темы:**

-«Круг»

-«Два круга рядом»

-«Круг в круге»

- «Корзиночка»

-«Восьмерка»

-«Улитка»

-«Змейка»

- Гребень»

**Сюжетно-игровые и массовые танцы**

Практическая часть

**Тема:** «Во поле орешина», «Тимоня».

 **Раздел 4. Детский бальный танец 54 ч.**

Историко-бытовой танец

Теоретическая часть

**Темы:**

**Все о вальсе**

Особенности стиля танцев по III – позиции «Вальсовая дорожка»

Музыкальный размер медленного вальса

**Учебно-тренировочная работа**

Практическая часть

Пластические упражнения, координация движения рук, корпуса, ног, головы. Упражнения для подвижности суставов, маховые движения рук и ног. **У**пражнения для развития мимики, пантомимы. Упражнения для подвижности суставов, корпуса.

**Массовые танцы**

Практическая часть

**Темы:**

-Школьная полька - парный танец, построенный на беге с подскоком и парным вращением

-Медленный вальс. Начало изучения. Перемена с правой и с левой ноги. Правый поворот, левый поворот.

**Раздел 5. Партерная гимнастика 36 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:**

Что такое партерный экзерсис? Зачем его надо выполнять?

Практическая часть.

**Темы:**

 Вспомогательные физические упражнения

- для укрепления мышц спины;

- для укрепления мышц живота;

- на развитие выворотности;

- на развитие гибкости;

- на развитие натянутости и силы ног;

- для укрепления стоп;

- для развития шага;

- для развития подвижности плечевого пояса и рук.

**Раздел 6. Постановочная работа 34 ч.**

Постановка. Отработка движений в танце.

**II-я ступень**

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Первый год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов  | Всего часов  | теория | практика |
| Вводное занятиеОсновы классического танца1. Народно-сценический танец
2. Партерная гимнастика
3. Постановочная работа
 | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

**Первый год обучения**

Дети младшего школьного возраста прошедшие первую ступень обучения выпускаются и могут переходить на вторую ступень обучения. С этого года вводится народно-сценический танец, как самостоятельный предмет.

Основные разделы второго уровня обучения: Основы классического танца народно-сценический танец, партерная гимнастика, постановочная работа.

Продолжается работа над постановкой корпуса, рук, ног, головы. Над развитием выворотности, устойчивости и координации, растяжки.

Все новые упражнения проучиваются в медленном темпе лицом к палке, чередуя правую и левую ногу. К концу года обучения необходимо добиваться выворотного положения в позициях ног, III позицию заменить V позицией ног.

Проученные элементы у палки выносятся на середину зала. Продолжается изучение маленьких прыжков, темп ускоряется. Все виды движений могут не все изучаться, в зависимости от усвоения детьми материала.

**Вводное занятие 2ч.**

Правила техники безопасности. Проведение инструктажа по предупреждению травм.

 **Раздел 1 Основы классического танца 108 ч.**

Все упражнения повторяются в более быстром темпе. Изучается уровень подъема ног, положение работающей ноги на уровне опорной ноги икры, и колена. Добавляются полупальцы опорной ноги. Продолжается изучение типов прыжков. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе.Усложнение различных комбинаций у станка. Теоретическая часть

**Тема:**Законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук.

**Экзерсис у станка** Практическая часть

**Темы:**-Положение рук, стоя лицом к палке, боком, держась одной рукой

-Повороты и наклоны головы у палки

-Rond de jambe par terre

-Preparation рукупалки

-Pliesoutenu вперед, в сторону, назад из I и III позиции ног

 -Relevelent на 45\* лицом к палке на 4 такта 4/4 или 8 тактов на ¾.

 -Relevelent на 45\*. Во втором полугодии боком к станку.

-Battementtendujete из I и III п. На 30^, фиксируя каждое положение.

-Rond de jambe par terreна plie на 4 такта ¾. Боком к палке. (1-й г.об. ср.гр.)

-Releve на п/п по I,II, III позициям лицом к палке.

-Battementfondu крестом, держась одной рукой за станок

-Battementfrappe крестом, держась одной рукой за станок

-Grandbattementjete, держась одной рукой за станок.

-Cahngement de pied по III поз. лицомкпалке.

-Temps leve sauté устанка

Перегибы корпуса у станка, лицом к палке

-Battementfondu.в комбинации

-Pliesoutenus вперед, в сторону, назад из I, III позиции

перевести одной рукой за палку. Изучается 2-4 такта 4/4.

Изучается уровень подъема ног. Положение работающей ноги на уровне

опорной ноги икры, и колена. Добавляются полу/пальцы опорной ноги

Комбинации у станка.

 **Упражнения на середине зала** Середина становится более танцевальной.

Исполняются упражнения, изученные у станка. Комбинации. Связки. Этюды

Практическая часть

**Темы:**-Поклон в enepaulement.

 -Повороты и наклоны головы на середине зала

 -Preparation рук на середине зала

-Cahngementdepied по III поз. На середине зала

-Позы epaulementcroisee и efface с открытой ногой носком в пол в III поз.

-I, II port de bras.

-Tempslevesauté и на середине зала

-Demi и grand plie, battement tendu, battement tendujete, ronds de jambe par nerre, releve lent, gand battement jeteизучаютсянасерединезалавположенииenfase.

Suivi

**Вспомогательные физические упражнения** (по выбору педагога).

- для укрепления мышц спины;

- для укрепления мышц живота;

- на развитие выворотности;

- на развитие гибкости;

- на развитие натянутости и силы ног;

- для укрепления стоп;

- для развития шага;

- для развития подвижности плечевого пояса и рук.

 **Раздел 2. Народно-сценический танец**   **108 ч.**

Этот раздел обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые переносятся на середину зала, а также более сложные танцевальные комбинации, способствующие развитию координации движений обучающихся. Работа над характером и манерой исполнения. Народно-сценический танец развивает технику исполнения, координацию движений, выразительность эмоциональность, артистичность.

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:**-Подготовка к началу движений

-Demi – plieGrand– plie

-Battementtendu

-Подготовка к веревочке

-Подготовка к каблучному движению

- Комбинация разогрева у станка. Flik-flak.

**Русский танец**

Теоретическая часть

**Тема:** Характерные черты в исполнении русского танца

**Основные шаги в русском танце**

Практическая часть

**Темы:**

-Легкий шаг с носка

- Переменный шаг с носка

- Шаги вперед с каблука с притопом

- Боковые шаги с выносом ноги в сторону на каблук

-Положения рук в русском танце: свободно опущенные вниз, руки в бок, скрещенные на груди, раскрывание и закрывание рук.

**Основные движения в русском танце**

Практическая часть

**Темы:**

-Притопы - одинарный, тройной

-«Гармошка»

-«Молоточки»

-«Елочка»

-Простой ключ

-«Ковырялочка» с притопом

-Выдвижение ноги вперед, в сторону, назад с переводом «носок-каблук» -Разучивание танцевальных комбинаций.

**Раздел 3. Партерная гимнастика 36 ч.**

Теоретическая часть

**Темы:**

Вспомогательные физические упражнения.

Практическая часть

 Для укрепления мышц спины, для укрепления мышц живота, на развитие выворотности, на развитие гибкости, на развитие натянутости и силы ног, для укрепления стоп, для развития шага, для развития подвижности плечевого пояса и рук. Растяжки. Мостики…

**Раздел 4. Постановочная работа 34 ч.**Выучить: Танцы по выбору педагога, исходя из материальных возможностей.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Второй год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов  | Всего часов | теория | практика |
| Вводное занятие1. Основы классического танца 2. Основы народно-сценического танца3. Партерная гимнастика4. Постановочная работа | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| Итого: | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

 **Второй год обучения**

Цель: Формирование необходимых технических навыков, накопления определенного запаса лексики.

Задачи: Освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

**Вводное занятие 2 ч.**

Инструктаж по Технике безопасности. Повторение пройденного материала.

**Раздел 1. Основы классического танца 108 ч.**

 Постепенно классический экзерсис начинает занимать ½ часть времени практических занятий. Вспомогательные упражнения сокращаются. Повторение пройденных упражнений и продолжается изучение основных движений классического танца. Все новые движения проучиваются в медленном темпе лицом к палке, чередуя правую и левую ногу. Большую часть упражнений в экзерсисе переводим за одну руку, которые начинаются с определенного preparations и четко заканчиваться в конце задания. Комбинации еще небольшие. Добавляется выполнение элементов на пол/упальцах опорной ноги. Продолжается изучение типов прыжков. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

Теоретическая часть

**Тема:**Законы равновесия – эстетика и техника движений по классическому танцу.

**Экзерсис у станка** Выполняется то же станок, только в более быстром темпе.

Практическая часть

**Темы:**-Поклонenfaseepalementcroisee

-Перегибы корпуса лицом к палке

-Battementtendu и Battementtendujete крестом cV позиции ног во все направления. Все движения исполняются на 1 такт, добиваясь слитности исполнения

-Ronddejambeparterre на plie на 4 такта ¾. Полныйкруг.

-Preparation кrond de jambe par terre

-Battementfrappe, держась одной рукой за станок в воздух.

-Battementfondues на 45\*, на всей стопе, во все направления.

-Battementsoutenus из Vпоз.ног во все направления, носком в пол.

-Подготовка к petitbattement «маятник» лицом к палке

-Подготовка к petitbattement «маятник» боком к палке

-Relevelent в сторону на 90 ^ (желательно по возможности обучающихся) лицом к палке.

-Relevelent в сторону на 90 ^ держась одной рукой за станок (второе полугодие)

-Grandbattementjete в комбинации с растяжками

-Полуповороты у палки на всей стопе из I и V поз.ног, используя в дальнейшем для перехода с другой ноги в battementtendu и battementtendujete, grandbattementjete.

-Releve на п/п по всем позициям с целой стопы, из demiplie.

Pasdebourree с переменой ног лицом к палке.

Перегибы корпуса назад и в сторону, стоя лицом к палке.

-Petitechappe по II поз. лицом к палке.

**Экзерсис на середине зала** Проученные движения у палки, по мере усвоения, выносятся на середину зала. Танцевальные шаги и разновидности бега.

Практическая часть

**Темы:**

Portdebras. Развивает танцевальную координацию и чувство позы.

-3 – е Port de bras

-4 - е Port de bras

Demi и grand plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre,

relevelent, grandbattementjete, изучаются на середине зала в положении enface.

**Allegro:**

Практическая часть

**Темы:**

-Petitechappe по II поз. на середине зала с работой рук и головы.

-Pas Assemble лицомкпалке.

**Упражнения на п/пальцах**

Практическая часть

**Темы:**

-Releve по IIIV позиции ног.

-Pas echappeво 2 п.н.

-Pasdebourreesuivi по Vпоз.ног на месте

-Pascouru по I позиции ног вперед и назад.

**Вспомогательные физические упражнения**  (по выбору педагога).

- для укрепления мышц спины;

- для укрепления мышц живота;

- на развитие выворотности;

- на развитие гибкости;

- на развитие натянутости и силы ног;

- для укрепления стоп;

- для развития шага;

- для развития подвижности плечевого пояса и рук.

**Раздел 2. Народно-сценический танец 108 ч.**

Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской, с ее отличительными способностями.

**Пляска**

Теоретическая часть

**Тема:** Характерные черты исполнения русской народной пляски

**Экзерсис у станка и на середине зала.** Практическая часть.

**Темы:**

-Demi – Plie

-GrandPliec переходом из I, II, V позиции ног

- Открывание рук в русском характере

-Battementtendus (носок, каблук) c сокращением стоп.

Упражнение на развитие подвижности стопы:

-Battementtendusjeteс сокращением стопы и без.

Маленькие броски.

Каблучные упражнения:

-Вынесение ноги на каблук «крестом» с работой пятки опорной ноги.

-Подготовка к «веревочке»: С переводом ноги назад и вперед без п/пальцев и с подъемом на п/пальцы.

-В сочетании с двумя пристукиваниями

-Повороты колена из выворотного положения в невыворотное и обратно.

**Дробные выстукивания:**

-Дробные выстукивания всей стопой

-Подготовка к «ключу». Русский «ключ»

Круговыедвиженияпополу:

-Rond de jambe par terre (an dehorи andedan).

-Круг по полу носком работающей ноги.

-Круг по полу каблуком работающей ноги

-Developpes

-Мягкое и резкое раскрывание ноги на 45°, 90°. Grandbattementjetes

(большиеброски).

**Лицом к станку**

-Releve на п/пальцах в выворотных и невыворотных позициях на двухи на одной ноге. Перегибы корпуса. Различные Portdebras в определенном характере.

**На середине зала** Положение рук в русском танце. Основные ходы в русском танце, закрепление.

Материала (простой шаг, тройной шаг с остановкой, с притопом, тройной шаг с поднятием колена). «Ковырялочка», «Моталочка». Повороты вправо, влево на п/п. Крутка на месте из VI позиции ног.

Отрабатываются раннее поставленные этюды, танцы. Постановка новых танцев. Повторение пройденных элементов танца на середине, у станка. ДополнительноBattementtendusjete с подниманием пятки опорной ноги. Rondsdejambsparterre . «Веревочка». Флик-фляк. Jetes с туром endedans. Комбинация «Моталочки» с притопом и с подкруткой от палки к палке. Каблучные движения. Portdebras. Разучивание круток по диагонали и на середине зала.

 Подкрепленные исполнительской техникой классического танца, движения народного танца обретают выразительность, виртуозность, пластичность, силу, характерность художественного выражения.

Дети обогащают свои знания в области национальных традиций, привитие любви к своей народной культуре, своего края.

**Виды русской народной пляски**

Практическая часть

**Темы:**

 -Одиночная мужская и женская парная.

 -Перепляс.

 -Массовый пляс.

 -Групповая пляска.

**Основные движения народной пляски**

Практическая часть

**Темы:**

-Переменные шаги в сочетании с подскоками, дробями, «моталочкой».

-Беговые ходы в сочетании с «молоточками», «голубцами», подбивкой.

-«Моталочка» в сочетании с поворотом, «молоточками», «ковырялочкой».

-Веревочка простая и двойная, в сочетании с «ковырялочкой», ножницами, различными выстукиваниями.

-Дроби в их ритмическом разнообразии.

-Переборы простые и сложные.

Вращения:

-Дробный «ключ» в повороте.

-«Молоточки» с поворотом.

-«Ковырялочка» с поворотом.

-С выниманием ноги вперед на каблук.

-Дробь с подскоком в повороте.

-Дробная дорожка в повороте.

**Основные фигуры групповых плясок**

Практическая часть

**Темы:**

**-**«звездочка», шен («перехватка», «карусель»)

«челнок», «ручеек», «волна» и т.д.

**Раздел 3 . Партерная гимнастика 72 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:** Партерный тренаж в формировании тела.

Практическая часть

**Темы:**

-Упражнения для развития брюшного пресса, шага и укрепления мышц спины.

-Упражнения, лежа на спине.

-Упражнения, лежа на животе.

-«Рыбка». Перегибы назад (лежа на животе).

-Упражнения «Grand battement jete» назад.

-«Мостик» стоя на коленях.

-«Grandbattementjete» из положения «кошечка».

- «Шпагаты» вперед, растягиваясь, то правой, то левой ногой. Поперечный. Растягиваясь обеими ногами в сторону.

- Упражнения на исправление осанки.

**Раздел 4 . Постановочная работа 36 ч.**

Изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления обучающиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием группы.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Третий год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Всего часов | теория | практика |
| Вводное занятие1. Основы классического танца
2. Народно-сценический танец
3. Партерная гимнастика
4. Постановочная работа
 | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

 **Третий год обучения**

Более сложный этап усвоения движений классического, народно-сценического танца, партерной гимнастики. Дети стали старше, физически окрепли, поэтому могут воспринимать и выполнять более сложные физические нагрузки. Уроки классического и народно-сценического танцев

приобретают осмысленную форму занятий, структуру урока. Это: экзерсис у станка и на середине зала, allegro (маленькие и средние прыжки) и т.д.

Экзерсис у станка занимает не больше половины длительности занятия, увеличивается темп в целом, что обусловлено увеличением объема проученных движений. В экзерсисе у палки постепенно вводятся разнообразные движения рук, позы. В allegro закрепляются маленькие прыжки и начинается изучение средних прыжков. Закрепляется пройденный материал. Усложнение различных комбинаций у станка. Поклон. Preparation у палки и на середине сохраняется.

**Вводное занятие 2 ч.**

Инструктаж по Технике безопасности. Повторение пройденного материала.

 **Раздел 1. Основы классического танца 144 ч**

Теоретическая часть

**Тема:** Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различных ракурсах.

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:**-Demi – plie по всем позициям на 1 такт 4/4.

-Grandplie по всем позициям на 2 такта 4/4.

-Demi – plie и grand plie по I V

-Battement tenduсjeteвкомбинации

-Battementtendu из V позиции ног на 1 такт 2/4

-Battementtendujeteиз V позиции ног на 1 такт 2/4

-Battement tenduиз V позицииногспозамиepaulement efface иcroisee

(второеполугодие)

-Battement tendu pour le pied

-Battement tenduи Battement tendujete c demi-plie по II позицииног, позднеепо IV позицииног.

-Battement tendujetepigue

-Battementsoutenus из V позиции во все направления, носком в пол. 3 г.ср.гр.

-Ronddejambeparterre на plie исполнять на 4 такта ¾

-Demirond на 45^ на 2 такта ¾

-Растяжкас Port de bras.

-Battementfondus на 45^, на всей стопе, во все направления.

-Battementfrappe на 45^ на всей свей стопе, на 1 такт 2/4.

-Ronddejambeenl’air (движение р.н. без вращения).

-Petit battement на 1 такт 2/4.

-Double frappe.

-Battementsdeveloppe лицом к палке, в сторону, назад, вперед, на 4 такта 4/4

-Battements developpeбокомзапалку.

-Battements developpeсоединятьс battementreleve lent впростыекомбинации.

-Grand battements jeteна 1 такт 2/4.

-Полуповороты у палки на всей стопе из I, V позиции ног, используя в дальнейшем для перехода с другой ноги в battementtendu, battementtendujete, grandbattementsjete.

-Releve на п/п. по всем позициям с целой стопы, из demi-plie.

-Pasdebourree с переменой ног лицом к палке.

-Перегибы корпуса назад и в сторону, стоя лицом к палке.

**Экзерсис на середине зала**

Движения экзерсиса у палки в комбинациях на середине зала с использованием поз, полуповоротов. (движения могут исполняться не в полном объеме.)

Практическая часть

**Темы:** -Позы ecarte вперед и назад с открытой ногой носком в пол.

-Позы I, II, IIIarabesgues с открытой ногой носком в пол.

-Tempslieparterre.

-Проученные движения у палки, по мере усвоения, выносятся на середину зала.

**Allegro:**

Практическая часть

**Темы:**-Temslevesauté по всем позициям

-Petit pas echappeпо II поз. en face

-Pas assemble насерединезала

-Cissone simple

-Pasglissade лицом к палке и на середине зала

-Pasjete лицом к палке

**Вращения**

Практическая часть

**Темы:**

Поворот в пятой позиции на полупальцах на середине зала. Поворот в прыжке на 180\* у станка. Поворот на 360\* у станка. С продвижением по станку – вращения. С продвижением по станку – вращения с Plie. Вращения у станка со II позиции, рабочая нога на купе. Полуповороты endehors и endedans с подменой ноги. Вращения по диагонали. Подготовительные упражнения для туров.

**Упражнения на п/пальцах**

Практическая часть

**Темы:**

- Assemble soutenus 4/4

-Pasdebourreeспеременойног. (исполняется также, как в экзерсисе у палки на п/п ).

-Pasdebourreesuivi в V позиции ног с небольшим продвижением в сторону.

-Pascouru в I поз. с продвижением вперед и назад, с ускорением в темпе.

**Танцевальная часть**

Практическая часть

**Темы:**-Pasbalance (сценическое) у палки и на середине зала.

-Сценический pasdebasgue.

-Сценический sissone в позах I и IIarabesgues.

 **Раздел 2. Народно-сценический танец 144 ч.**

Дальнейшее развитие техники исполнения русских народных танцев. Усложняется ритмическая основа комбинаций, этюдов. Изучается техника исполнения прыжков, вращений на месте, по диагонали и по кругу. Продолжение изучения сложных движений русской пляски и танцевальных комбинаций. Знакомство со сценической обработкой фольклорного танца.

Сценическая обработка фольклорного танца. Основной задачей сценической обработки фольклорного танца является сохранение всех перестроений и рисунков в танце, манеры и стиля исполнения и своеобразных движений исполнителей.

**Русский танцевальный фольклор**

Теоретическая часть

**Тема:** Сценическая обработка фольклорного танца

 Практическая часть

 -Творческие моменты обработки фольклорных танцев.

 -«С вьюном я хожу» Алтайский край

 -«За морем синичка» Кемеровская область

 **Экзерсис у станка**

 Практическая часть

 **Темы:**  -Demi - Plie, GrandPliec переходом из I, II, V позиции ног.

 -Открывание рук в русском характере.

 -Battementtendus ( носок, каблук) c сокращением стоп.

 -Упражнение на развитие подвижности стопы.

 -Battementtendusjeteс сокращением стопы и без.

 - Маленькие броски.

 **Каблучные упражнения**:

Практическая часть

 **Темы:** -Вынесение ноги на каблук «крестом» с работой пятки опорной ноги.

 -Подготовка к «веревочке»:

-С переводом ноги назад и вперед без п/пальцев и с подъемом на п/пальцы. -В сочетании с двумя пристукиваниями.

-Повороты колена из выворотного положения в невыворотное и обратно.

 **Дробные выстукивания:**

Практическая часть

 **Темы:**-Дробные выстукивания всей стопой.

-Подготовка к «ключу».

-Русский «ключ»

**Круговые движения по полу:**

Практическаячасть

**Темы:**-Rond de jambe par terre (an dehorи an dedan).

-Круг по полу носком работающей ноги.

-Круг по полу каблуком работающей ноги.

-Developpes.

-Мягкое и резкое раскрывание ноги на 45^, 90^.

-Grand battement jetes (большиеброски).

**Дроби**

Практическая часть

 **Темы:**-Разговорная с продвижением вперед (дробь «горох»);

-Дробь мужская, комбинированная с хлопушками.

**Вращения**

Практическая часть

**Темы:**Вращения:

-На двух каблуках.

-На каблуках и на пальцах.

-Бег с откидыванием ног назад (по кругу).

-Вращение в прыжке.

-Двойные повороты.

-Одинарный поворот в прыжке с поджатыми ногами.

**Раздел 3. Партерный экзерсис 72 ч.**

Практическая часть

**Темы:**

Упражнения, исполняемые лежа на спине:

-Plie а. Plie б. Plie в.

 -Battement tendu.

 -Demi rond de jamdeна 25 градусов.

 -Port de bras.

 -Releve lent.

Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов:

-Сидя на полу с опорой на руки.

-Лежа на спине.

-Стоя на коленях, руки на поясе.

-Стоя на коленях, носки врозь, руки на поясе.

-Сидя на полу по - турецки.

**Раздел 4. Постановочная работа 70 ч.**В целях преемственности, сохранении репертуара, восстанавливать предыдущие номера: «Цвети земля», «Северный ветер», «Буратино», «Джульетта» и др.

**III-я ступень**

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Первый год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Всего часов | теория | практика |
| Вводное занятие1. Основы классического танца
2. Основы народно-сценического танца
3. Партерная гимнастика
4. Постановочная работа
 | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

**Первый год обучения**

 Дети могут продолжать обучение на следующем этапе, или возможен дополнительный набор на новый этап обучения.

 Основная задача этого года: это развитие танцевальности. Умение держать равновесие (aplomb), выполнять упражнения в более быстром темпе. Идет дальнейшее закрепление технических навыков. Вводится более сложная координация движений за счет усложнения учебных комбинаций. Повторяются в ускоренном темпе упражнения. Развитие силы ног и стопы путем изучения движений на полупальцах и по возможности на пальцах. Развитие выносливости за счет нарастания физической нагрузки, особенно в разделе allegro. Продолжается работа над развитием музыкальности и выразительности. Музыкальный материал усложняется. Накопление определенного запаса танцевальной лексики, его терминологии. Сокращается по времени экзерсис у станка на треть всей длительности урока. Изучение несложных примеров большого adagio

По мере приобретения навыков, начинается проучиваниеpreparations к pirouettes, вращения по диагонали.

**Вводное занятие 2 ч.**

Инструктаж по Технике безопасности. Повторение пройденного материала.

**Раздел 1. Основы классического танца 144 ч.**

Особое внимание уделять рукам, их выразительности. Весь пройденный материал исполняется в более разнообразных комбинациях. Середина становится танцевальной.

 Станок проводить в темпе за 20-25 минут. Из выученных упражнений можно выбирать упражнения при составлении тренажной работы, комбинаций.

Теоретическая часть

**Тема:**Культура движения рук (выразительность)

**Экзерсис у станка**

Выполняется тот же станок, только в более ускоренном варианте в комбинациях.

Практическая часть

**Темы:**-Demi – plie и Grandplie по всем позициям с использованием releve на п/п., I, IIIportdebras.

-Battement tenduсtendujete. На ¼ каждое с использованием в комбинациях полуповоротов у палки, поз.

-Battement tenduсtendujeteс demi – plie по II п.н.

-Battement tenduсtendujeteс demi – plie по IV п.н.

-Ronds de jambe par terreна 2 тактакаждый, ¾.

-Pliereleve на 45^ на целой стопе.

-Plie releveна 45^ с demi. rond de jambe.

-Растяжкас port de bras.

-Battementfondus на 45° на целой стопе, чередуя с подъемом на п/п. Исполняется на 2 такта ¾ или 1 такт 4/4

-Battementsoutenu на 45° на целой стопе, чередуя с подъемом на п/п. Исполняется на 2 такта 4/4.

-Battementfrappe на всей стопе, чередуя с подъемом на п/пальцы.

Исполняется на 1 такт 2/4.

-Battementfrappe на всей стопе, чередуя с подъемом на п/пальцы.

Исполняется на ¼ такта с акцентом «от себя». Первоначально исполнять через паузу, позднее подряд.

-Petitbattement на все стопе, чередуя с подъемом на п/пальцы.

Исполнять на 1такт 2/4.

-Petitbattement на все стопе, чередуя с подъемом на п/пальцы.

Исполнять на ¼ такта. Использовать акцент surlecou -de- pied впереди и сзади; акцент на условное surlecou -de- pied и сзади; акцент с demi-plie на оп.н. в положении surlecou -de- pied впереди и сзади.

-Pas tombeи pas coupe.

-Battementelevelent на 90. Исполнять на 2 такта 4/4 или 4 такта ¾.

-Исполнятьпозыcroisee, efface, I, II, III arabesques.

-Battement developpe passé на 90^.

Demi rondsна 90^.

-Grand battement jeteсперегибамикорпуса.

-Attitudes croisee, attitudes efface посредствомreleve lent, developpe.

-Полуповороты на п/пальцах из V позиции ног и из demi-plie.

-Перегибы корпуса вперед, в сторону, назад, с растяжками. Комбинация.

**Экзерсис на середине зала**

Движения на середине зала могут исполняться не в полном объеме. В начале экзерсиса исполняется маленькое adagio. По построению несложное, но нацелено на развитие устойчивости, координации, точности исполнения изученных поз.

Практическая часть

**Темы:**

-Маленькое Adagio.

-Движения экзерсиса у палки в комбинациях на середине зала с использованием поз, полуповоротов.

-IV Port de bras.

-IV arabesgues

-Tempslie с перегибами корпуса.

-Pasdebourree без перемены ног.

-Большое adagio (несложное по построению) с использованием portdebras., больших поз, различных полуповоротов.

-Pasjete с продвижением в маленькие позы.

-1-2 небольшие танцевальные комбинации.

**Allegro:**

Практическая часть

**Темы:**

-Pasechappe по II и IV позициям.

-Pasassemble вперед и назад.

-Pasjete на середине зала

-Paschasse.

-Sissonefermee в маленькие позы.

-Sissoneouvert в маленькие позы.

-Pas de bague.

-Changement de pied

**Вращения** Закрепление вестибулярного аппарата.

Практическая часть

**Темы:**

-Tour – поворот у станка.

-Tour – поворот на середине зала.

-Tourchaine – быстрые повороты, следующие один за другим.

-Подготовительные упражнения к турам.

-Тур endehors со второй позиции.

-Тур endedans со второй позиции.

**Упражнения на п/пальцах**

Практическая часть

-Releve и echappe по V, IV позициям.

-Double echappe.

-Glissade всторону.

-Pasdebourresuivi и pascouru с продвижением по диагонали.

- Pas de bourresuivientournentв V п.н.

-Tempslie вперед и назад.

-Sissonesimple

**Раздел 2.Народно-сценический танец 144 ч.**

Русский танец (продолжение изучения сложных элементов русского танца.). Разучивание различных движений русской пляски и танцевальных комбинаций, особое внимание уделить характеру и манере исполнения. Движения рук. Основные движения в русском танце. Ключ, мелкий дробный ход, мелкая дробь с притопом, дробь с подскоком. Выучить плясовую.

Особенности элементов танцев народов России и мира.

**Особенности элементов народных танцев**

Теоретическая часть

**Тема:** Виды и разновидности народного танца.

**Экзерсис у станка**

Практическая частьК раннее изученным упражнениям у станка дополнительно вводятся:

**Темы:**Battementtendujete (Маленькие броски на присогнутых ногах с

работой пятки опорной ноги). Battementfondus (Низкие и высокие развороты ноги на 45\*, 90\*). Подготовка к «веревочке» в сочетании с двумя пристукиваниями, с добавлением прыжка.

Дробные выстукивания: всей стопы, в сочетании двух ритмов, каблучная дробь.

Большие броски с вытянутым и сокращенным подъемом, с увеличением размаха.

**Экзерсис на середине зала** Закрепление пройденного материала

Практическая часть

**Темы:**

Разговорная с продвижением вперед (дробь «горох»). Дробь мужская, комбинированная с хлопушками.

Элементы украинского, белорусского, молдавского танцев.

**Тема Групповые танцы**

Теоретическая часть

**Тема:**

**Ознакомление с историей танцевальной культуры.**

Украинский танец

Практическая часть

**Темы:**

Элементы украинского танца:

Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Притопы. Веревочка. Дорожка простая (припадания). Выхилясник ( ковырялочка). Бегунец. Голубец на бесте и с продвижением. Тынок – перескоки из стороны в сторону с последующими двумя переступаниями на месте. Основные ходы в танце и закрепление.

Белорусский танец

Практическая часть

**Темы:**

Движения танца «Бульба»

 Подскоки с тройным переступанием на месте и с продвижением.

Подскоки на полупальцах по VI позиции с поворотом корпуса вправо и влево. Боковые шаги в сторону с притопом и в повороте. Движения рук, связанные с посадкой картофеля и тройные переступания ногами.

Молдавский танец

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Элементы молдавского танца – подскоки, различные ходы, прыжки и вращения в сочетании со сложным движением рук и трудными ритмами в ногах помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выносливость. В основном молдавские танцы массовые, что дает возможность точной отработки движений у учащихся, приучает к ансамблевой дисциплине, коллективизму.

Практическая часть

**Темы:** Элементы молдавского танца:

Положение рук. Положение ног. Ходы. Шаг вперед на каблук и соскок на всю стопу. Шаг в сторону с открыванием другой ноги вперед в скрещенное положение, плавный с подъемом на п/пальцы. Шаги вперед и назад в полуприседании с подъемом на п/пальцы. Шаги с подскоком и подъемом согнутой ноги вперед на 90\*. «Ключ» молдавский (соскок с двух ног на одну, поочередно идут носки, соскок на две ноги поворот с поджатыми ногами). Мелкие переступания (выброс ног перед собой) на п/пальцах на месте, вокруг себя.

**Раздел 3. Партерный экзерсис 72.**

Теоретическая часть

**Тема:**Беседа о предупреждении травмобезопасности. Физическое развитие основных двигательных групп мышц.

Практическая часть

**Темы:**

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Упражнения для развития подвижности

голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

 Упражнения на исправление осанки. Те же упражнения, что и в

 предыдущем году, добавляются дополнительно на пресс.

Упражнения со скамейкой. Упражнения лежа на животе. Упражнения на спине.

**Раздел 4. Постановочная работа 70 ч.**

Постановка танцевальных номеров по выбору педагогов и детей.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Второй год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Всего часов | теория | практика |
|  Вводное занятие1. 1. Основы классического танца

 2. Основы народно-сценического танца 3. Партерная гимнастика 4 4.Постановочная работа | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Содержание программы**

**Второй год обучения**

Продолжается повторение и закрепление пройденных упражнений в увеличенном количестве;

развитие силы ног и стопы путем изучения движений на п/пальцах;

развитие выносливости за счет нарастания физической нагрузки, особенно в разделе allegro;

Основные задачи: освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе. Совершенствование технических навыков. Развитие танцевальности.

 Накопление определенного запаса танцевальной лексики, его терминологии.

На первой и второй ступени обучения закладывается фундамент

классического танца, как и народно-сценического: изучаются основные доступные детям движения, вырабатывается за годы координация и устойчивость. Приобретенные знания и навыки суммируются за годы обучения. Особое внимание уделяется на развитие художественной выразительности и музыкальности. Усложняется координация, включаются сложные вращения и большие позы. Закрепляется пройденный материал. Включаются маленькие и средние прыжки: pasglissade, assaemble, sissonneferme и др. В партере добавляются разнообразные растяжки, для владения широким шагом и выворотностью. В экзерсисе на середине зала изучаются большое сценическое adagio. Много внимания уделяется вращениям, вводятся различные виды вращений, комбинированные вращения по диагонали и кругу.

**Вводное занятие 2 ч.**

 Инструктаж по технике безопасности. Повторение пройденного материала

**Раздел 1. Основы классического танца 144 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:** «Классические танцы»

Практическая часть.Закрепляется пройденный материал. Во все движения могут быть введены позы croisee, effacee , ecarte с поворотом пятки опорной ноги.

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:** - Grandplie на 1такт 4/4.

-Battementtendu с tendujete.на ¼ каждое c использованием в комбинациях полуповоротов у палки, поз.

-Rond de jambe par terreна 1, 2 такта ¾.

-Battement fondues, battement frappe, battement soutenus, petit battements исполняютсяупалкинап/п (повозможностямобучающихся).Rond de jambe par terre

-Battement fondues на 45^ сtombeвовсехнаправлениях.

-Battement double fondues навсейстопе.

-Battement double fondues нап/п.

-Releve lent 90^, developpeнап/п.

-Grand rond de jambedeveloppe en dedans иendehors.

-Rond de jambeenl’air (по «дуге»).

- Grand battement jete («мягкий»).

-Полуповоротыприемомtombe-coupe, soutenus.

-Полныйповоротупалки.

**Экзерсис на середине зала**

Практическая часть

**Темы:** -Tempslieна 90^.Vportdebras.

-PreparationsкpirouettesпоII, V, IV, п.н. (повыборупедагога).

- Battement tendus, Battement tendujete, rond de jambe par terreentournent (повыборупедагога).

- Battement fondues, double fondues, battement frappe, double frappe чередоватьисполнениенацелойстопесподъемомнап/п. (помереуспеваемостиобучающихся).

-Pas de bourreentournant.

-Большое adagio (несложное по построению) с использованием portdebras, больших поз, переходов приемами изученных pasdebourre, различных полуповоротов.

**Allegro:**

Практическая часть

**Темы:**-Pasechappe на одну ногу.

-Doubleassemble.

-Pasjete с продвижением: в сторону, маленькие позы.

-Sissoneouvert в маленькие позы.

-Sissonefermeвпозы.

-Pas de chat.

-Clissadeentournentподиагонали.

-Tourchaine.

**Упражнения на п/пальцах:**

Практическая часть

-Sissonesimple.

-Pasjete с продвижением в маленькие позы.

-Pas полькивперед.

-Pas de bourreedessus-dessousноскомвпол.

-Pas echappeentournent 1/4, ½ круга.

-Clissadeentournent.

-1-2 небольшие танцевальные комбинации на п/пальцах.

**Раздел 2. Народно-сценический танец 144 ч.**

 Задачей обучения является дальнейшее развитие техники исполнения, навыков координации и танцевальности. Изучаются более усложненные движения у станка и на середине зала в характере раннее изученных национальных танцев. Усложняется ритмическая основа комбинаций, этюдов. Убыстряется темп их исполнения. Изучается техника исполнения прыжков, вращений на месте, по диагонали, по кругу. Начало изучения русской кадрили, форм ее построения.

**Разнообразие манер исполнения кадрилей, формы ее построения**

Теоретическая часть

**Темы:** Происхождение кадрилей

**Практическая часть**

**Темы:** Огромное разнообразие манер исполнения кадрилей в различных местностях и областях России. Деление кадрилей на группы по форме их построения.

- Квадратная (угловая или по углам). Линейная ( двухрядные)

- Круговые.

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:**Demi – plie и Grand – plie по всем позициям в различных характерах танца. Battementtendus – подвижность стопы. С работой пятки опорной ноги. В сочетании с маленькими бросками. В сочетании с ударными движениями. В сочетании с каблучными движениями. Каблучные движения. Круговые движения ногами по полу и по воздуху. С поворотом пятки опорной ноги. По полу каблуком. По воздуху с вытянутым подъемом. Подготовка к «веревочке». С подъемом на п/пальцы. С добавлением прыжка. Мягкое и резкое раскрывание ноги на 90\* Battementsdeveloppe. В сочетании с пируэтом. Дробные выстукивания. Большие броски GrandBattementsjete.

С опусканием на колено.

**Экзерсис на середине зала**

Практическая часть

**Темы:**

Элементы и движения Марийского танца.

Положение рук. Положение ног. Движение кистей (муж, жен.). Пружинистый шаг.

Ходы: боковой шаг накрест, переменный шаг с каблука, переменный шаг с удара. Скользящий шаг в сторону. Припадание на месте и в повороте: «Елочка» и «Гармошка». Дроби: Дробь с каблука. Дробь подушечкой стопы в сочетании с «голубцом». Дробь с притопом.

**Групповые танцы для разучивания**

Практическая часть

**Темы:**Танцы народов Поволжья. Марийский танец.

**Раздел 3. Партерный экзерсис 72 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:**

«Движение – кладовая жизни»

Практическая часть

Партерный экзерсис **–** продолжение работы над совершенствованием тела.

Упражнения на полу:

Упражнения на улучшение выворотности ног, эластичности связок.

Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

Упражнения на гибкость.

Demironddejamdeна 90 градусов.

а) Grandbattementjete – вперед

б) Grandbattementjete – в сторону, лежа на спине; в сторону, лежа на боку, через раз: grandbattement, подъем корпуса от пола через бок. Исполняется 4-8 раз. 1т.2/4.

Растяжка за пятку (сидя)

Повторять все предыдущие упражнения.

Упражнения на пластику, свободный танцевальный стиль, импровизация, поиск.

Импровизация на музыку по выбору детей и педагога.

**Раздел 4. Постановочная работа 70 ч.**

Сценическая практика. На основе пройденной программы подготавливаются концертные номера с учетом возможностей учащихся. Номера простроены в основном в эстрадной манере.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Третий год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Всего часов | теория | практика |
|  Вводное занятие1. 1. Основы классического танца

 2. Основы народно-сценического танца 3. Партерная гимнастика 4 4. Постановочная работа | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Третий год обучения**

**Старшая группа**

 Задачи: Вырабатывать правильность и чистоту исполнения, развивать силу и выносливость, закреплять устойчивость в упражнениях на п/п на середине зала. Дальнейшее совершенствование мастерства, укрепление определенных навыков. Накопление определенного запаса танцевальной лексики, его терминологии.

Суммируются все знания и навыки, приобретенные учащимися за годы обучения. По-прежнему уделять особое внимание на развитие художественной выразительности и музыкальности учащегося.

Усложняется координация, включаются сложные вращения и большие позы. Усиленный комплекс разнообразных растяжек. Выразительность больших поз, больших прыжков требует владение хорошим шагом и выворотностью. На середине зала исполняются различные виды вращений, вводятся комбинированные вращения по диагонали и кругу. Закрепление aplomba на середине зала, чистоты его исполнения.

Раздел allegro вместе с маленькими и средними прыжками начинается изучение больших прыжков. Третий и четвертый год обучения – это подведение итогов в подготовке учащихся.

**Вводное занятие 2 ч. И**нструктаж по технике безопасности. Повторение пройденного материала

 **Раздел 1. Основы классического танца 144 ч.**

Теоретическая часть

**Тема:**  «Истоки русского балета».

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:**-Комбинацияbattementtendus, battementtendusjetecиспользованиемpreparationкpirouettesпоIIиVп.н.

-Полуповорот fouettesendehors и endedans с ногой вытянутой вперед или назад носком в пол, на 45^ на целой стопе.

-Полуповорот fouettesendehors и endedans с ногой вытянутой вперед или назад носком в пол, на 45^ на п/пальцах опорной ноги.

-Battement fondues, double fondues на 45^, используяпозы.

-Battementfondues, на 90^, используя позы.

-Battement frappe, double frappe, petit battements, используяпозы.

-Temps releveна 45^.

-Grand battements jete balance.

**Экзерсис на середине зала** Упражнения на середине зала исполняются в той же последовательности, что и у палки. Вводятся Adagio на пройденном материале.

Четыре Arabesgues на 90\*. Повороты на опорной стопе. Assemblesoutenu. Большое па де ша из стороны в сторону в сочетании с па де бурре. Sissonne на первый arabesgues – сценическая форма. Закрепление.

Па шассе во все направления и позы (гнать, подгонять, партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую).

Работа над техникой заносок.

TempslieparterrecpirouettesизVп.н.

Из проученных движений, в порядке исполнения экзерсиса на середине зала, составляются комбинации с использованием поз, различных полуповоротов, pirouettes, вращений, связывающих и вспомогательных движений, всех видов portdebras, танцевальных элементов.

Комбинации из проученных вращений по диагонали и кругу.

Практическая часть

**Темы:**-VIportdebras

-Pirouetesв IV п.н.

-Tours lentsвпозах I, II, III arabesque, attitudes.

-Большоетанцевальное adagio.

-Вращенияподиагонали – tours en dedans. tours endehors.

**Allegro:**

Практическая часть

**Темы:**-Подготовкакзаноскам.

-Changement de pied, pas echappeentournent.

-Pas emboite.

-Grand assemble.

- Grandsissonneouverte.

-Сценический sissonne с различными подходами.

**Упражнения на п/пальцах:**

Практическая часть

**Темы:**Pas de bourreeentournent.

-Sissonneouverte на 45^, во все направления.

-Preparations к pirouettes.

-Учебные комбинации с использованием изученного материала.

1-2 танцевальные комбинации.

 **Раздел 2. Народно-сценический танец 144 ч.**

 Задачами обучения являются выработка умения исполнять технически сложные комбинации и этюды в более сложных ритмических рисунках и в ускоренных темпах. Продолжение разучивания сложных движений русской пляски и танцевальных комбинаций. Развиваются навыки ансамблевого исполнения технически насыщенных танцев. Упражнения выполняются в различном национальном характере

**Новые разновидности народных танцев на современном этапе**

Теоретическая часть

**Тема:** Разновидность народного танца - танцевальная сюита

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:**

-Demi – plie и Grand – plie с наклонами и перегибами корпуса по всем позициям и различных характерах.

-Battementtendus – в сочетании с малыми бросками.

-Комбинация «Моталочки» с притопом и с подкруткой от палки к палке.

-Каблучные движения в сочетании с дробными выстукиваниями, характерными для танца изучаемых народностей.

-Круговые движения ногами в характере цыганского танца.

-Низкие и высокие развороты ноги в характере молдавского танца.

-Подготовка к «веревочке» в характере венгерского сценического танца.

-Дробные выстукивания.

- Большие броски

- GrandBattementsjete в характере украинского танца.

**Экзерсис на середине зала**

Практическая часть

**Темы:**

-Положение рук в цыганском танце, основные ходы и закрепление.

-Тройной шаг с остановкой, с притопом, тройной шаг с поднятием колена.

-«Моталочка».

-Повороты вправо, влево на п/п.

-Крутка на месте из VI позиции ног.

-Флик-фляк. Jetes с туром endedans.

-Каблучные движения.

-Portdebras.

Отрабатываются раннее поставленные этюды, танцы. Постановка новых танцев.Разучивание круток по диагонали и на середине зала.

**Групповые танцы**

Практическая часть

**Темы:**Танцы народов мира и их характерные движения. Цыганский танец.

Цыганские танцы очень красивы и темпераментны. Для женщин характерны различные чечеточные движения, соединенные с «голубцом» и ударами п/пальцев о пол. Свободные, произвольные движения рук. Вихревые, легкие продвижения по кругу и повороты, сменяющиеся внезапной остановкой, во время которой исполняется мелкая дрожь плечами. В мужских плясках – чечеточные движения, притопы, прыжки – которые сопровождаются хлопками в различных темпах и ритмах.

Цыганский танец

Практическая часть

**Темы:**-Положение рук.

-Ходы и основные движения:

-Мелкие скользящие шаги на вытянутых ногах.

-Переменный шаг с отбрасыванием ноги назад от колена.

- Шаг в сторону, скрещивая ногу.

- Мужской ход с хлопушкой.

**Раздел 3. Партерный экзерсис 72 ч.**

Практическая часть

**Темы:**-Растяжки в паре.

-Работа друг с другом в помощь.

-Demi-plie лежа на животе.

-Battement tendu, лежанаживоте.

-Rond de jamdeнаживоте.

-Port de bras наживоте.

Продолжение и закрепление упражнений на каждом занятии, выученных раннее.

Изучение новых упражнений.

**Раздел 4. Постановочная работа 70 ч.**

Сценическая практика. На основе пройденной программы подготавливаются концертные номера с учетом возможностей учащихся. Номера простроены в основном в эстрадной манере.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Четвертый год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов и тем | Всего часов | теория | практика |
|  Вводное занятие1. 1. Основы классического танца

 2. Основы народно-сценического танца 3. Партерная гимнастика 4 4.Постановочная работа | 227274444 | 22222 | 25254242 |
| **Итого:** | 144 | 10 | 134 |

**Содержание**

**Четвертый год обучения**

 Задачи: Сохраняются все те же задачи, что и на третьем году обучения. Только выполняются в более быстром темпе, по сложности комбинации и танцевальные номера.

**Вводное занятие 2 ч.** Повторение пройденного материала и инструктаж по ТБ и ЧС

 **Раздел 1. Основы классического танца 144 ч.**

 Задачи обучения - выработка умения исполнять технически сложные комбинации. Развитие силы ног и стопы путем изучения упражнений на полупальцах. Развитие танцевальности. Закрепление aplomba на середине зала, чистоты его исполнения. Упражнения на середине зала. Закрепление пройденного материала.

Теоретическая часть

**Тема:** Танцевальной лексика и его терминология.

**Экзерсис у станка**

Практическая часть

**Темы:** -Grandronddejambejete.

-Temps releveна 45\* entournantendehors et en dedans

-Battement soutenusна 90\*.

-Developpestombe.

-Battementdeveloppes с медленным полуповоротом endehorsetendedansc ногой, открытой вперед и назад.

-Grand battement jetepasse.

-Grand battement jeteнап/пальцах.

**Экзерсис на середине зала**

Практическая часть

**Темы:**-Temps lie par terreс pirouettes из V п.н.

-Из проученных движений, в порядке исполнения экзерсиса на середине зала, составляются комбинации с использованием поз, различных видов полуповоротов, pirouettes, вращений, связывающих из вспомогательных движений, всех видов portdebras, танцевальных элементов.

**Allegro:**Практическая часть

**Темы:**-Подготовка к заноскам.

-Echappebattu («заноски» со второй позиции)

-Pas ballote.

-Pas ballone.

-Saut de basgue.

-Grand jete.

-Grand pas de chat.

**Упражнения на п/пальцах:**

Практическая часть

**Темы:-**PirouettesпоVп.н.

-Changement de pied.

-Tour en dedans подиагоналям.

1-2 небольшие танцевальные комбинации.

 **Раздел 2. Народно-сценический танец 144 ч.**

 Задачами обучения являются выработка умения исполнять технически сложные комбинации и этюды в более сложных ритмических рисунках и в ускоренных темпах. Упражнения третьего года обучения переносятся на четвертый год, Совершенствуется техника исполнения. Только меняется музыкальное оформление.

**Экзерсис у станка**Практическая часть

**Темы:**-Demi – plie и Grand – plie с наклонами и перегибами корпуса по всем позициям и различных характерах.

-Battementtendus – в сочетании с малыми бросками.

-Каблучные движения в сочетании с дробными выстукиваниями

-Круговые движения ногами в характере цыганского танца.

-Низкие и высокие развороты ноги в характере молдавского танца.

-«Веревочка» (украинский характер)

-Дробные выстукивания.

-Большие броски

-GrandBattementsjete (молдавский характер)

-Portdebras в восточном характере.

**Экзерсис на середине зала**Практическая часть

**Темы:** -Положение рук в восточном танце, основные ходы и закрепление.

-Тройной шаг с остановкой, с притопом, тройной шаг с поднятием колена.

-«Моталочка». Повороты вправо, влево на п/п.

-Крутка на месте из VI позиции ног.

-Флик-фляк. (цыганский характер)

-Jetes с туром endedans. (молдавский характер)

-Комбинация «Моталочки» с притопом и с подкруткой от палки к палке.

-Каблучные движения.

-Вращения по диагонали и на середине зала.

Отрабатываются поставленные этюды, танцы.

Изучается новый репертуар по выбору педагога.

**Раздел 3. Партерный экзерсис 72 ч.**

Практическая часть

**–** Продолжение и закрепление упражнений на каждом занятии, выученных раннее.

Изучение новых упражнений.

**Раздел 4. Постановочная работа 70 ч.**

Сценическая практика. На основе пройденной программы подготавливаются концертные номера с учетом возможностей учащихся. Номера простроены в основном в эстрадной манере.

**Методическое обеспечение программы**

- Разработки по организации занятия

- План – конспект по хореографии для младших групп 1 ступени 1 года обучения

- Проведение открытых занятий по теме «Волшебный мир танца»

Дидактический материал:

- Игровые задания для активизации внимания и повышения эмоционального состояния учащихся

- Комплекс упражнений по ритмической гимнастике

- Импровизация как один из приемов развития творческих способностей детей на занятиях

**Информационные сообщения:**

- О воспитании интересов к искусству хореографии

- Развитие творческих способностей средствами хореографии

**Техническое оснащение:**

Реализация программы возможна при условии технического оснащения. Занятия проходят в танц.классе, отвечающем санитарно-гигиеническим нормам и требованиям по технике безопасности.

**Оборудование и техническое оснащение танцевального класса:**

- Зеркала, станки, гимнастические палки, коврики для партера.

 Стенды настенные с учебной информацией. Информационный стенд - расписание, уголок по ТБ, фотостенд.

**Технические средства обучения.**

Фонотека: - аудиокассеты, диски, мини – диски. Видеоматериал. Компьютер (электронные носители)

**Список литературы для педагога:**

1. Бочкарева, Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]: учебно-методическое пособие/ Н.И. Бочкарева.- Кемерово, 1998.
2. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]: / Н.И. Бочкарева.- Кемерово, 2000.
3. Васильева – Рождественская, М. В. Историко-бытовой танец [Текст]: учебн. пособие.- 2 изд., пересмотр. – М.: Искусство, 1987.
4. Дубровина, И.В. Психология [Текст]: учебник для студентов ср. пед. учебных заведений / И.В. Дубровина.- 2 е изд.- М.: Академия, 2001.
5. Дьяконова, С.В. Классический танец как основа танцевальной подготовки [Текст]: методические рекомендации / С.В. Дьяконова.- Кемерово. 2006.
6. Иванченко, В.Н. Занятия в системе дополнительного образования детей. [Текст]: / В.Н. Иванченко.- Волгоград: Учитель, 2007.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов / Г.А. Колодницкий.- Москва. 2000. - 61 с.
8. Лебедев, О.Е. Дополнительное образование детей. [Текст]: учебное пособие для вузов / О.Е. Лебедев. – М.: ВЛАДОС, 1998.
9. Маленкова, Л.И. Классный руководитель (воспитатель): практические материалы [Текст]: учебно-методическое пособие / Л.И. Маленкова. – М.: Педагогическое общество России, 2005.
10. Педагогика [Текст]: учебное пособие для студентов пед. вузов и пед. колледжей / Под ред. П.И. Пидкасистого.- М.: Педагогическое общество России, 2004.
11. Методические основы организации учебных занятий в учреждении дополнительного образования» [Текст]:сборник методических рекомендаций.- Кемерово, 2006.
12. Смирнова, Н.Г. Уроки хореографии в образовательных учреждениях. [Текст]: учебно-метод. пособие / Н.Г. Смирнова, Н.И. Бочкарева.- Кемерово, 1996.
13. Устинова Т. Русский народный танец [Текст]: / Т. Устинова.- М.: Искусство, 1976. - 151 с.
14. Чибрикова – Луговская, А.Е. Ритмика [Текст]: метод. пособие / А.Е. Чибрикова – Луговская.- М.:Дрофа, 1998.- 103 с.

**Список литературы для учащихся:**

1. Ауэрбах Л. Рассказы о вальсе. Москва. [Текст]: /Л. Ауэрбах. – М.: Советский композитор, 1980. - 174 с.
2. Балет [Текст]: энциклопедия /под. ред. Ю.Н. Григорович. – М.: Советская энциклопедия, 1981. – 315 с.
3. Барышникова, Т. Азбука хореографии. [Текст]:/ Т. Барышникова.- М.: Рольф, 1999.
4. Бахрушин Ю.А. История русского балета [Текст]:/ Ю.А. Бахрушин.- М.: Просвещение, 1977. - 286 с
5. Боброва, Г.А. Искусство грации [Текст]: / Г.А. Боброва.- Л.: Дет. лит, 1986.
6. Великович, Э. Здесь танцуют [Текст]: Рассказы о танцах / Э. Великович.- М.:Дет. лит. 1974. - 94 с.
7. Гваттерини, М. Азбука балета. Учимся танцевать [Текст]: / М. Гваттерини.- М.: 2001.
8. Иваницкий, А.В. Ритмическая гимнастика [Текст]: / А.В. Иваницкий, В.В. Матов, О.А. Иванова, И.Н. Шарабарова.- М.: Сов. Спорт, 1989.
9. Колодницкий, Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры. [Текст]: методическое пособие.- 2 е изд.- М.: Дрофа, 2004. – 96 с.
10. Михайлова, М. А. А у наших у ворот развеселый хоровод [Текст]: Народные праздники, игры и развлечения.- / М. А. Михайлова.- Ярославль, 2002. – 46 с.
11. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать [Текст]: пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Т. В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В Кветная.- М.: ВЛАДОС, 2003.
12. Розенблат, В.В Симфония жизни [Текст]: физиология человека / В.В Розенблат.- М.:Физкультура и спорт, 1989.
13. Школа танцев для детей от 3 до 14 лет. [Текст]: / Подготовка текста О. Савчук. - Ленинградское издательство, 2009. – 224 с.
14. Школьников Л. О танцах в шутку и всерьез //[Текст]: В помощь художественной самодеятельности.- М.: Советская Россия.– 1975. - 71 с.